

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ГОРОД-КУРОРТ АНАПА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
СТАНЦИЯ ДЕТСКОГО И ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И ЭКСКУРСИЙ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД-КУРОРТ АНАПА

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «10» марта 2025 г.  
Протокол № 1

Утверждаю  
Директор МБУДО СДЮТЭ  
Л.Н. Мисан  
Приказ № 19 от «10» марта 2025 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**ТУРИСТСКО – КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

**«ШКОЛА ТУРИЗМА»**

Уровень программы: ознакомительный  
Срок реализации программы: 1 месяц (16 часов)  
Возрастная категория: от 5 до 17 лет  
Состав группы: до 16 человек  
Форма обучения: очная  
Вид программы: модифицированная  
Программа реализуется на бюджетной основе  
ID-номер Программы в Навигаторе: 55455

Автор-составитель:  
Бирюкова Вера Михайловна,  
педагог-организатор

г.Анапа, 2025

**ПАСПОРТ**  
**дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**  
**туристско-краеведческой направленности «Школа туризма»**

Наименование муниципалитета	город Анапа
Наименование организации	МБУДО СДЮТЭ
ID-номер программы в АИС «Навигатор»	55455
Полное наименование программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности «Школа туризма»
Механизм финансирования (ПФДО, муниципальное задание, внебюджет)	Бюджетная основа
ФИО автора (составителя) программы	Бирюкова Вера Михайловна
Краткое описание программы	Программа предусматривает приобретение основных знаний о своём крае, технике и тактике туризма, ведении краеведческих наблюдений и исследований, приобретении необходимых знаний, умений и навыков для организации и проведении походов.
Форма обучения	очная
Уровень содержания	ознакомительный
Продолжительность освоения (объём)	1 месяц (16 часов)
Возрастная категория	от 5 до 17 лет
Цель программы	Формирование у обучающихся мотивации к туристско-краеведческой деятельности, создание единой туристской группы, способной совершить поход с ночёвкой в природных условиях.
Задачи программы	<b>Задачи:</b> <b>Образовательные:</b> - ознакомить с историей отечественного туризма и классификацией; <b>Личностные:</b> - формировать умения адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе, экстренные ситуации. <b>Метапредметные:</b> - содействовать гармоничному развитию личности, формированию самостоятельности и волевых качеств.
Ожидаемые результаты	Будут знать: технику безопасности при проведении туристских походов, виды туризма; кто такие барды; что такое поход и какие бывают виды походов; что такое туристское снаряжение; Будут уметь: уметь технически правильно выполнять основные элементы фигурного вождения велосипеда; организовать бивак; устанавливать и собирать палатку; сложить костёр и развести огонь; оказать первую помощь при основных видах травм и ран; составлять пищевую раскладку на сутки; преодолевать естественные препятствия на маршруте.
Особые условия (доступность для детей с ОВЗ)	Не требуются.
Возможность реализации в сетевой форме	Нет
Возможность реализации в электронном формате с применением дистанционных технологий	Нет
Материально-техническая база	Для работы необходимо иметь наглядный и учебный материал (таблицы, эскизы, схемы, плакаты, картины, фотографии, раздаточный материал, видеозаписи, аудиозаписи, мультимедийные материалы.

## Содержание

1	«Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»	5
	Пояснительная записка	5
	Цели и задачи программы	9
	Содержание программы. Учебный план.	11
	Планируемые результаты	15
2	«Комплекс организационно-педагогических условий, включающие формы аттестации»	16
	Календарный учебный график	16
	Раздел «Воспитание»	19
	Условия реализации программы	21
	Формы аттестации	22
	Методические материалы	24
	Список литературы	27
	Приложение 1	28
	Приложение 2	31
	Приложение 3	32

#### Нормативно-правовая база

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденная приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели региональных систем дополнительного образования детей».
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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».
6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, Москва, 2015 г. – Информационное письмо 09-3242 от 18.11.2015 г.
7. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, Краснодар, 2020 г. – Информационное письмо 47.01-13-6067/20 от 24.03.2020 г.

## **Раздел № 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»**

### **Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа туризма» по уровню освоения является ознакомительной программой, по времени реализации – краткосрочная.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа туризма» (далее Программа) является модифицированной, разработана на основе программ для системы дополнительного образования детей (Туризм и краеведение. – М.,: ФЦДЮТиК, 2004 Просвещение 2000).

Программа имеет туристско-краеведческую направленность, **поскольку** предусматривает приобретение обучающимися знаний о технике и тактике туризма. Она направлена на развитие туристических навыков, формированию интереса к изучению родного края и активному отдыху. В рамках программы предусмотрены различные маршруты, которые способствуют не только обучению, но и воспитанию патриотизма.

Концепция Программы состоит во всесторонней подготовке, обучающихся к совершению похода выходного дня.

### **Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность**

#### **Новизна**

Программы заключается в том, что в процессе её реализации обучающиеся приобретают широкий спектр начальных знаний, умений и навыков начиная с установки палатки и заканчивая навыками фигурного вождения велосипеда, причём раздел «Велотуризм», является новым родом занятия в образовательном учреждении.

#### **Актуальность**

Программа является актуальной на сегодняшний день, так как туристско-краеведческая деятельность, как одно из направлений дополнительного образования, выступает комплексным средством всестороннего развития личности, ее эффективной самореализации в обществе. Развитие туристско-краеведческой деятельности в системе образования исторически обусловлено социально-экономическими процессами, происходящими в стране, запросами семьи и самого ребенка. Поэтому, данная Программа тесным образом связана с региональными социально-экономическими и социокультурными потребностями МО город-курорт Анапа, так как направлена, прежде всего, на развитие гармоничной личности, культурно–нравственных ценностей, творческого потенциала, профессионального развития ребенка через ознакомление с народными традициями, культурой, сложившимися в нашей многонациональной стране, а так же изучение культурного национального наследия МО город-курорт Анапа, его социально-экономических условий развития.

#### **Педагогическая целесообразность**

Туризм объединяет детей, учит быть терпимее друг к другу, находить общий подход и подход к каждому, тем самым создает и укрепляет коллектив единомышленников. Участие в походах формирует творческую, самостоятельную личность, расширяет кругозор, воспитывает выдержку и дисциплину, учит жить в социуме и отвечать за свои действия, учит познавать и понимать окружающую природу, любить её и уважать исторические ценности.

### **Отличительные особенности**

В ходе освоения данной Программы обучающиеся знакомятся с азами туристской деятельности и участвуют в одном из важных туристских событий: однодневный или двухдневный поход, туристский слет, соревнования.

### **Адресат программы**

Программа рассчитана на детей в возрасте 5 – 17 лет. Группы формируются с учетом возраста детей.

Возраст обучающихся по программе 5-7 лет, соответствует старшему дошкольному возрасту. В этом возрасте происходят бурные изменения ребенка, затрагивающие все стороны его жизни.

Дети проявляют высокую познавательную активность. Ребенок нуждается в содержательных контактах со сверстниками. Их речевые контакты становятся все более длительными и активными. Дети самостоятельно объединяются в небольшие группы на основе взаимных симпатий. В этом возрасте дети имеют дифференцированное представление о своей гендерной принадлежности по существенным признакам (женские и мужские качества, особенности проявления чувств).

Ярко проявляет интерес к игре. В игровой деятельности дети шестого года жизни уже могут распределять роли до начала игры и строят свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей и по содержанию, и интонационно взятой роли. Речь, сопровождающая реальные отношения детей, отличается от ролевой речи. При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные с субординацией ролевого поведения. Наблюдается организация игрового пространства, в котором выделяются смысловой «центр» и «периферия». В игре дети часто пытаются контролировать друг друга - указывают, как должен вести себя тот или иной персонаж. Ребенок пытается сравнивать ярко выраженные эмоциональные состояния, видеть проявления эмоционального состояния в выражениях, жестах, интонации голоса. Проявляет интерес к поступкам сверстников.

В трудовой деятельности освоенные ранее виды детского труда выполняются качественно, быстро, осознанно. Активно развиваются планирование и самооценивание трудовой деятельности.

Младший школьный возраст (7-12 лет):

Ведущий вид деятельности – учебная. В этот период происходит анатомо-физиологическое созревание организма: нервные процессы становятся более подвижны и уравновешены, тем не менее, возбуждение

преобладает над торможением. Возрастает физиологическая выносливость, работоспособность. Именно в данном возрасте формируется активное развитие познавательной, эмоциональной и личностной сферы ребенка. Возникает интерес к первым результатам учебной деятельности, к процессу, содержанию учения и к способам добывания знаний. Потребности детей младшего школьного возраста ориентированы на познания действительности через новые впечатления, активность в действиях и движениях, игровую деятельность, желание общаться со сверстниками и проявлять собственную инициативу. В тоже время, обучающимся данной возрастной группы присуща быстрая утомляемость от однообразия, изменчивость и неустойчивость интересов.

Подростковый возраст (13-15 лет):

Этот возраст представляет собой период взросления, характеризующийся интенсивными психологическими и физическими изменениями, бурной физиологической перестройкой организма. Подросток начинает быстро расти, причём, рост скелета идет быстрее, чем развитие мышечной ткани. Характерными являются значительные колебания артериального давления, частые головные боли, идёт серьёзная гормональная перестройка, половое созревание. Гормональные изменения вызывают резкие перепады настроения, повышенную, нестабильную эмоциональность, неуправляемость настроения, повышенную возбудимость, импульсивность. В отдельных случаях проявляются такие признаки, как депрессия, неусидчивость и плохая концентрация внимания, раздражительность, тревога, агрессия и проблемное поведение. Это может выражаться в конфликтных отношениях с взрослыми.

Учёба перестает быть главной и самой важной задачей, ведущей деятельностью становится личностное общение со сверстниками. Снижается продуктивность умственной деятельности, конкретное мышление сменяется логическим, чем объясняется рост критичности: подросток не принимает постулаты взрослых на веру, он требует доказательств и обоснований.

Происходит жизненное самоопределение подростка, формируются планы на будущее. Идёт активный поиск своего «Я» и экспериментирование в разных социальных ролях. Подросток изменяется сам, пытается понять самого себя и свои возможности. В то же время происходит формирование воли, сознательности, нравственности, становление мировоззрения, иногда через отторжение ценностей, активное неприятие и нарушение установленных правил, негативизм.

В этот период характерно проявление полярных качеств психики: целеустремлённость и настойчивость могут сочетаться с импульсивностью и неустойчивостью; повышенная самоуверенность и безапелляционность в суждениях может сменяться лёгкой ранимостью и неуверенностью в себе. Также характерно стремление к лидерству, чувство принадлежности к «подростковой» общности. На первый план выходит острая потребность в признании, самостоятельности и самоутверждении.

Старший школьный возраст (16-17 лет):

В этом возрасте у школьников заканчивается формирование познавательной сферы. Наибольшие изменения происходят в мыслительной деятельности. Дифференциация учебных дисциплин, необходимость овладения научными понятиями и специфической системой знаков, способствуют развитию теоретического мышления. Учебная деятельность, включающая в себя процесс усвоения знаний и способов их использования, позволяют старшему школьнику устанавливать более широкие и глубокие связи между имеющимися и вновь получаемыми знаниями, более сознательно контролировать свою мыслительную деятельность и управлять ею. Постепенно у школьника формируются навыки самостоятельно оперировать предположениями, гипотезами и критически их оценивать. Все более отчетливо прослеживается самостоятельность в учебной деятельности.

Старшеклассники могут проявлять достаточно высокую волевую активность, настойчивость в достижении поставленной цели, способность к терпению на фоне усталости и утомления. Центральным психологическим процессом юношеского возраста является развитие самосознания. На основе формирующегося самосознания происходит самоопределение личности обучающегося, частным проявлением которого является профессиональное самоопределение.

#### **Уровень программы, объём и сроки**

Программа является ознакомительной и может служить для введения обучающихся на базовый уровень программ: «Юные инструкторы туризма»; «Основы туризма и краеведения»; «Юные туристы-краеведы».

Общее количество часов – 16 часов. Количество часов в неделю-4 часа.

**Форма обучения** – очная.

**Режим занятий** - 2 раза в неделю по 2 академических часа. Продолжительность занятия 45 минут с 15 минутным перерывом.

#### **Особенности организации образовательной деятельности**

Эта программа рассчитана для первичного ознакомления с туристско-краеведческой деятельностью и получения начальных туристских умений и навыков. Она носит выраженный деятельностный характер, создает возможность активного практического погружения детей в туристско-краеведческую деятельность.

Программа рассчитана на 4 учебных часа в неделю, включая беседы по теории, практические занятия в помещении и на местности, а также проведение учебно-тренировочных походов.

Теоретическая часть учебно-практического занятия строится чаще по типу семинара, когда теория и практика являются неразрывными, ведется коллективный разбор изучаемого материала, демонстрируется его практическое использование, все это позволяет глубже осмысливать получаемые знания, запоминать и применять их в своей деятельности.

Практическая часть – это самостоятельная работа, при которой отрабатываются и нарабатываются навыки, необходимые в туризме,

спортивном туризме, велотуризме в воспитании себя как члена социума и патриота своей Родины. Такая форма деятельности обеспечивает тесную связь между физическим и умственным развитием, межпредметную связь, их взаимообусловленность.

Образовательная деятельность в учреждении осуществляется на основе учебного плана. В случае необходимости обучающийся может быть переведен на обучение по индивидуальному плану, который обеспечивает освоение образовательной программы на основе индивидуализации ее содержания с учетом особенностей и образовательных потребностей конкретного обучающегося (Приложение 1). Перевод осуществляется по заявлению родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся либо по заявлению самого обучающегося, достигшего совершеннолетнего возраста (Приложение 2), в соответствии с Положением «О порядке обучения по индивидуальному учебному плану».

Для выполнения поставленных учебно-воспитательных задач программой предусмотрены следующие основные виды и формы занятий: лекции, семинары, дискуссии, экскурсии, научные экспедиции, обучающие и ролевые игры, презентации, круглый стол, защита проекта, а также экскурсии, турниры, фестивали, различные социо-моделирующие игры, детско-взрослые образовательные события, однодневные и многодневные походы.

Данная программа ориентирует обучающихся на образовательные программы углубленного уровня: «Основы туризма и краеведения», "Историческое краеведение", «Юные туристы - краеведы» и «Юные инструкторы туризма».

#### **Условия набора обучающихся в объединение:**

- запись на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу осуществляется через систему заявок на сайте «Навигатор дополнительного образования детей Краснодарского края» [ССЫЛКА](#);

- прием производится на основании заявления родителей (законных представителей)

- принимаются все желающие, исходя из выражаемых ими интересов, без специальных требований к предварительной подготовке и уровню базового образования.

Занятия проводятся в группах и индивидуально, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом. Наполняемость в группах составляет 15 человек (примерно одного возраста).

#### **Цель и задачи программы**

**Цель:** формирование у обучающихся мотивации к туристско - краеведческой деятельности, создание единой туристской группы, способной совершить поход выходного дня.

#### **Задачи:**

**Образовательные:**

- ознакомить с историей отечественного туризма и ее классификацией;

- познакомить с теорией подготовки и проведения похода, обучить начальным туристским навыкам.

- обучить навыкам правильной езды на велосипеде, умению технически правильно выполнять основные элементы фигурного вождения велосипеда.

Личностные:

- формировать умения адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе, экстренные ситуации;

- способствовать развитию устойчивого интереса к выбранной деятельности.

Метапредметные:

- содействовать гармоничному развитию личности, формирование самостоятельности и волевых качеств;

- создать творческую атмосферу на занятиях для выявления и раскрытия умственных и творческих способностей каждого обучающегося.

## Содержание программы Учебный план

Таблица 1

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации
		Всего	Теори я	Практ ика	
1.	<b>Раздел 1. Основы туризма</b>				
1.1.	Пешеходный туризм. Техника безопасности при проведении туристских походов. Охрана природы и значение окружающей среды для человека.	1	1		Викторина
1.2.	Лекарственные и ядовитые растения Анапского района.	1	1		
<b>Итого:</b>		<b>2</b>	<b>2</b>		
	<b>Раздел 2. Велотуризм</b>				
2.1.	Велотуризм. Специфика велотуризма. Техника безопасности. Техническое обслуживание велосипеда.	1	1		Велопробег по маршруту
2.2.	Основы правильной езды на велосипеде. Основные элементы фигурного вождения велосипеда.	1		1	
<b>Итого:</b>		<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
	<b>Раздел 3. Азбука туристско-бытовых навыков</b>				
3.1.	Что такое поход, виды походов. Туристское снаряжение и требования к нему.	1	1		Конкурс биваков.
3.2.	Виды палаток. Установка и сбор палатки. Виды рюкзаков. Правила укладки рюкзака	2		2	
3.3.	Бивачные работы, принципы организации и проведения. Костры и костровое хозяйство.	1		1	
<b>Итого:</b>		<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	
	<b>Раздел 4. Основы медицинских знаний</b>				
4.1.	Гигиена туриста. Основные виды травм. Оказание первой помощи при травмах. Раны и кровотечения. Оказание первой помощи при ранениях.	1	1		Конкурс «Основы медицинских знаний»
4.2.	Характерные заболевания в походе и их профилактика. Уход за больными в походе. Групповая и личная аптечки.	1	1		
<b>Итого:</b>		<b>2</b>	<b>2</b>		
	<b>Раздел 5. Питание в походе</b>				

5.1.	Питание в походе: его значение и особенности. Подготовка, транспортировка и хранение продуктов в походе.	1	1		Разработка пищевой раскладки
5.2.	Пищевая раскладка и её составление. Требования к раскладке.	1		1	
<b>Итого:</b>		<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
<b>Раздел 6. Подготовка и проведение похода</b>					
6.1.	Стратегия и тактика похода. Преодоление естественных препятствий.	1	1		Поход выходного дня.
6.2.	Вопросы комплектования группы. Обязанности участников группы. Организационные мероприятия по подготовке похода. Перечень снаряжения для похода. Список личных вещей.	1	1		
6.3.	Краеведческая работа в туристском походе. Общественно-полезная работа. Охрана природы и памятников культуры.	1	1		
6.4.	Подведение итогов похода. Итоговое тестирование.	1		1	
<b>Итого:</b>		<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	
<b>Итого:</b>		<b>16</b>	<b>10</b>	<b>6</b>	

## Содержание учебного плана

### Раздел 1. Основы туризма.

*Тема:* Пешеходный туризм. Техника безопасности при проведении туристских походов. Охрана природы и значение окружающей среды для человека.

*Теория:* Знакомство с программой. Определение понятия «Туризм», кто такие туристы. Туристский или туристический. Виды туризма, характеристика каждого вида. Что такое «этика туризма» и какие у туристов есть законы. Техника безопасности при проведении туристских походов.

*Тема:* Лекарственные и ядовитые растения Анапского района. Съедобные грибы и ядовитые Анапского района.

*Теория:* Лекарственные и ядовитые растения и грибы Анапского района. Памятка грибника. Виды грибов. Польза лекарственных растений.

### Раздел 2. Велотуризм.

*Тема:* Велотуризм. Специфика велотуризма. Техника безопасности.

*Теория:* Понятие велотуризма. Из истории велосипеда и велотуризма. Специфика велосипедного туризма. Правила проведения походов и

соревнований. Обеспечение безопасности на занятиях, соревнованиях, в походе. Средства и методы обеспечения безопасности при движении. Причины несчастных случаев.

*Тема:* Техническое обслуживание велосипеда. Основы правильной езды на велосипеде.

*Теория:* Устройство велосипеда. Порядок сборки и разборки. Ремонт и профилактика. Характеристика и назначение основных узлов велосипеда. Посадка, повороты и торможение, преодоление препятствий.

*Тема:* Основные элементы фигурного вождения велосипеда.

*Теория:* техника преодоления основных элементов фигурного вождения велосипеда: узкая дорожка, перекладина, восьмёрка, круг, змейка, прицельное торможение.

*Практика:* отработка техники преодоления основных элементов фигурного вождения.

### **Раздел 3. Азбука туристско-бытовых навыков.**

*Тема:* Что такое поход, виды походов. Выживание в природных условиях.

*Теория:* что такое поход, виды походов. Выживание в природных условиях: прогнозирование погоды, добывание воды, опасная фауна и флора и пр.

*Тема:* Туристское снаряжение и требования к нему. Уход за снаряжением и его ремонт.

*Теория:* роль туристского снаряжения для успешного проведения походов. Виды туристского снаряжения. Уход за снаряжением и его ремонт. Ремонтный набор.

*Практика:* починка старого снаряжения (ставка заплаток, ремонт дуг палаток и пр.).

*Тема:* Виды палаток. Установка и сбор палатки.

*Теория:* Виды палаток, их особенности. Походная палатка, её особенности. Хранение, уход за палаткой. Выбор палатки.

*Практика:* Установка и сборка туристской палатки.

*Тема:* Виды рюкзаков. Правила укладки рюкзака.

*Теория:* Виды рюкзаков. Туристский рюкзак и его особенности. Хранение и уход за рюкзаком. Правила укладки рюкзака.

*Практика:* укладка вещей в рюкзак.

*Тема:* Бивачные работы, принципы организации и проведения. Костры и костровое хозяйство.

*Теория:* Понятие о биваке. Требования к месту биваки (безопасность, наличие источников питьевой воды, топлива, возможность размещения палаток). Порядок действий отдельных участников группы при устройстве

бивака. Виды костров. Требования противопожарной безопасности при устройстве очага. Разжигание костра. Костровое хозяйство.

*Практика:* тренировка укладки брёвен для различных видов костра.

#### **Раздел 4. Основы медицинских знаний.**

*Тема:* Гигиена туриста. Основные виды травм. Оказание первой помощи при травмах.

*Теория:* Гигиена туриста и её значение для сохранения здоровья и успешного проведения похода. Основные виды травм в походе. Доврачебная медицинская помощь пострадавшему. Помощь при травмах и заболеваниях, возникших в результате неправильных действий туристов.

*Тема:* Раны и кровотечения. Оказание первой помощи при ранениях.

*Теория:* виды ран. Отличие ран от травм. Помощь при различных видах кровотечений.

*Тема:* Характерные заболевания в походе и их профилактика. Уход за больными в походе. Групповая и личная аптечки.

*Теория:* Характерные заболевания в походе и их профилактика, а также уход за больными в походе. Понятие групповой и личной аптечки. Комплектация и транспортировка групповой аптечки.

#### **Раздел 5. Питание в походе.**

*Тема:* Питание в походе: его значение и особенности.

*Теория:* Какие продукты питания в поход брать можно и какие нельзя. Значение питания и особенности питания в походе.

*Тема:* Пищевая раскладка и её составление. Требования к раскладке.

*Теория:* Составление меню. Понятие циклов питания. Зависимость между характером маршрута, препятствий, интенсивностью похода и меню. Продукты, используемые в походе. Требования к калорийности.

*Тема:* Подготовка, транспортировка и хранение продуктов в походе.

*Теория:* Особенности упаковки различных видов продуктов. Подготовка продуктов и их транспортировка в походе. Хранение продуктов в походе.

#### **Раздел 6. Подготовка и проведение похода.**

*Тема:* Стратегия и тактика похода. Преодоление естественных препятствий.

*Теория:* Понятие стратегии похода. Что включает в себя стратегия похода. Понятие тактики похода, что включает в себя тактика похода. Тактика преодоления локальных и протяжённых препятствий.

*Тема:* Вопросы комплектования группы. Обязанности участников группы.

*Теория:* Способы комплектования группы для похода. Количество участников, их психологическая совместимость, физическая подготовка. Должности в походе.

*Тема:* Организационные мероприятия по подготовке похода.

*Теория:* Организационные мероприятия по подготовке похода: документация, финансовое и продовольственное обеспечение, маршрутная работа группы.

*Тема:* Перечень снаряжения для похода. Список личных вещей.

*Теория:* Какое личное и групповое снаряжение необходимо для предстоящего похода. Какие вещи нужны в походе и что брать запрещено.

*Тема:* Краеведческая работа в туристском походе. Общественно-полезная работа. Охрана природы и памятников культуры.

*Теория:* Варианты проведения краеведческих исследований в туристских походах. Общественно-полезная работа в походе. Охрана природы и памятников культуры.

*Тема:* Подведение итогов похода.

*Практика:* Приведение в порядок и сдача снаряжения. Итоговое тестирование (Приложение 3).

### **Планируемые результаты**

#### **Предметные результаты:**

*Обучающиеся будут знать:*

- историю отечественного туризма и их классификацию;
- технику безопасности при проведении туристских походов: особенности питания в походе, подготовка, транспортировка, обязанности участников группы в походе и т.д.

*Обучающиеся будут уметь:*

- преодолевать естественные препятствия на маршруте.
- обладать навыками правильной езды на велосипеде, исправить несложные технические поломки велосипеда, уметь технически правильно выполнять основные элементы фигурного вождения велосипеда.

#### **Личностные результаты:**

У обучающихся будет сформировано:

- уважение к окружающим – умение слушать и слышать партнёра, признавать право каждого на собственное мнение и принимать решения с учётом позиций всех участников;
- критичность к своим поступкам и умение адекватно их оценивать, готовность к самостоятельным действиям, ответственность за их результаты.

#### **Метапредметные результаты:**

- уметь организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования

позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.

## Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»

### Календарный учебный график.

Таблица 2

п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Время проведения занятия	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Раздел 1. Основы туризма						
1.1.		Пешеходный туризм. Техника безопасности при проведении туристских походов. Охрана природы и значение окружающей среды для человека.	1				
1.2.		Лекарственные и ядовитые растения Анапского района. Съедобные грибы и ядовитые Анапского района.	1				Игра-презентация
2	Раздел 2. Велотуризм						
2.1.		Велотуризм. Специфика велотуризма. Техника безопасности. Техническое обслуживание велосипеда.	1				
2.2.		Основы правильной езды на велосипеде. Основные элементы фигурного вождения велосипеда.	1				Соревнования
3.	Раздел 3. Азбука туристско-бытовых навыков						

3.1.		Что такое поход, виды походов. Туристское снаряжение и требования к нему. Уход за снаряжением и его ремонт.	1				
3.2.		Виды палаток. Установка и сбор палатки. Виды рюкзаков. Правила укладки рюкзака.	2				Соревнования
3.3.		Бивачные работы, принципы организации и проведения. Костры и костровое хозяйство.	1				Соревнования
4.	Раздел 4. Основы медицинских знаний						
4.1.		Гигиена туриста. Основные виды травм. Оказание первой помощи при травмах. Раны и кровотечения. Оказание первой помощи при ранениях.	1				Конкурс
4.2.		Характерные заболевания в походе и их профилактика. Уход за больными в походе. Групповая и личная аптечки.	1				Конкурс
	Раздел 5. Питание в походе						
5.1.		Питание в походе: его значение и особенности. Подготовка, транспортировка и хранение продуктов в походе.	1				
5.2.		Пищевая раскладка и её составление. Требования к раскладке.	1				
6.	Раздел 6. Подготовка и проведение похода						

6.1.		Стратегия и тактика похода. Преодоление естественных препятствий.	1				Определение стратегии и тактики предстоящего похода
6.2.		Вопросы комплектования группы. Обязанности участников группы. Организационные мероприятия по подготовке похода. Перечень снаряжения для похода. Список личных вещей.	1				Распределение обязанностей среди участников похода
6.3.		Краеведческая работа в туристском походе. Общественно-полезная работа. Охрана природы и памятников культуры.	1				Составление перечня снаряжения и списка личных вещей для предстоящего похода.
6.4.		Подведение итогов похода. Итоговое тестирование.	1				Краеведческая работа и общественно-полезная работы в предстоящем походе
Итого:			16				

## **Раздел «Воспитание»**

### **Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей**

Целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде (Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п. 2).

### **Задачами воспитания по программе являются:**

- приобщение обучающихся к общечеловеческим нормам морали, национальным устоям и традициям образовательного учреждения;

- развитие воспитательного потенциала семьи;

- использование всех возможных средств, для воспитания у обучающихся общей культуры, верности духовным традициям России, ответственности, правосознания, уважения к ценностям современного общества, сформированного на основе духовных ценностей культуры России;

- дальнейшее развитие и совершенствование работы по воспитанию здорового образа жизни и негативного отношения к вредным привычкам.

Основные целевые ориентиры воспитания в программе определяются также в соответствии с направленностью программы и приоритетами, заданными «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года»; они направлены на воспитание, формирование:

- ценностного отношения к региональной и местной культуре;

- уважения к историческому и культурному наследию народов России, памятникам героям и защитникам Отечества; -уважения к ценностям, святыням традиционных религий народов России;

- культуры общения, взаимопомощи; эстетической культуры; трудолюбия и уважения к труду, к трудящимся, результатам труда;

- экологической культуры, навыков охраны природы, сбережения природных ресурсов;

- стремления и умения применять научные знания в природной среде;

- личной ответственности за действия в природной среде, неприятие действий, приносящих вред природе;

- опыта сохранения уникального природного и биологического многообразия России, природного наследия Российской Федерации, ответственного отношения к животным;

- стремления к заботе о своём здоровье и здоровье окружающих людей; способности видеть и реагировать на угрозы безопасности;

- готовности брать на себя ответственность за достижение общих целей; настойчивости, последовательности, принципиальности; -воли, упорства, дисциплинированности в туристической деятельности;

- готовности к анализу и реализации своей нравственной позиции на основе российских базовых ценностей, традиционных духовно-нравственных ценностей народов России;

### **Формы и методы воспитания**

Решение задач информирования детей, создания и поддержки воспитывающей среды общения и успешной деятельности, формирования межличностных отношений на основе российских традиционных духовных ценностей осуществляется на каждом из учебных занятий.

Ключевой формой воспитания обучающихся при реализации программы является организация их взаимодействия в объединении, в подготовке и проведении календарных праздников с участием родителей (законных представителей).

В воспитательной деятельности с обучающимися по программе используются методы воспитания:

- метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение;
- метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей); -- метод упражнений (приучения);
- метод переключения в деятельности;
- методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании;
- методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

### **Условия воспитания, анализ результатов**

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности объединения на основной учебной базе реализации программы в организации дополнительного образования детей в соответствии с нормами и правилами работы организации, а также на выездных базах, площадках, мероприятиях в других организациях с учётом установленных правил и норм деятельности на этих площадках.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы (отзывы родителей, интервью с ними) и после её завершения (итоговые исследования результатов реализации программы за учебный период, учебный год).

Анализ результатов воспитания по программе не предусматривает определение персонифицированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного ребёнка, обучающегося, а получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определённых в программе целевых ориентиров

воспитания, влияния реализации программы на коллектив обучающихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем. Результаты, полученные в ходе оценочных процедур — опросов, интервью — используются только в виде агрегированных усреднённых и анонимных данных.

#### 4. Календарный план воспитательной работы

Таблица 3

№ п/п	Название события, мероприятия	Сроки	Форма проведения	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1.	День защиты детей	01.06.2025	Флеш-моб	Фото-и видеоматериалы с выступлением детей
2.	День России	12.06.2025	Викторина	Фото-и видеоматериалы с выступлением детей
3.	"Чистый берег"	июнь	Экологическая акция	Фото-и видеоматериалы с выступлением детей
4.	«Тропами предков»	июнь	Поход	Фото-и видеоматериалы с выступлением детей
5.	"Знаешь ли ты свой край?"	июнь	Краеведческая викторина	Фото-и видеоматериалы с выступлением детей
6.	"Туристскими тропами"	июнь	Итоговый поход	Фото-и видеоматериалы с выступлением детей

### Условия реализации программы

#### Материально-техническое обеспечение

- наличие учебного класса для проведения теоретических групповых занятий, оборудованного столами, стульями, компьютерами, мультимедийной установкой, плакатами и стендами соответствующего содержания;

- наличие складского помещения для хранения снаряжения и оборудования;

- наличие уличной площадки для проведения практических занятий на свежем воздухе.

Перечень оборудования и снаряжения.

Комплект снаряжения для спортивного туризма (из расчёта на 15 человек):

Таблица 4

№ п/п	Наименование оборудования	Количество
1	Спальный мешок	15
2	Палатка четырёхместная	4
3	Рюкзак	15
4	Вёдра туристские, комплект	1
5	Топор	1
6	Костровое оборудование	1

7	Лопата саперная	1
8	Примус туристский « Шмель»	1
9	Тент	1 шт.
10	Коврик теплоизоляционный	15

### Информационное обеспечение

<http://anapadtur.usoz.ru> - официальный сайт МБУДО СДЮТЭ

<https://vk.com/public163326671> - страница МБУДО СДЮТЭ в социальной сети ВК

<https://ctekrd.wixsite.com/utur> - Центр туризма и экскурсий Краснодарского края

<http://www.tssr.ru/> - Федерация спортивного туризма России

<http://turcentrrf.ru/> - Федеральный центр детского и юношеского туризма и экскурсий

<http://uchkopilka.ru/> -учительская копилка

### Кадровое обеспечение

Реализацию Программы обеспечивает педагог дополнительного образования, имеющий педагогическое образование и курсы повышения квалификации.

### Формы аттестации

Форма итоговой аттестации программы представляет собой поход с одной ночёвкой в природных условиях (маршрутный лист, паспорт маршрута в приложении) или, другой вариант, поход без ночёвки. Формой подтверждения участия того или иного ученика в походе и, как следствие, получения зачёта, служит маршрутный лист и приказ.

По окончании программы обучающиеся могут продолжить обучение по базовым дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам: «Юные инструкторы туризма»; «Юные туристы-краеведы», «Основы туризма и краеведения».

### ПРОТОКОЛ РЕЗУЛЬТАТОВ АТТЕСТАЦИИ УЧАЩИХСЯ

муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования

станция детского и юношеского туризма и экскурсий

муниципального образования город-курорт Анапа

20\_\_\_/20\_\_\_ учебный год

Вид аттестации \_\_\_\_\_

( промежуточная, итоговая)

Объединение \_\_\_\_\_

ДООП и срок ее реализации \_\_\_\_\_

год обучения

кол-во учащихся в группе

ФИО педагога \_\_\_\_\_

Дата проведения аттестации \_\_\_\_\_

Форма проведения \_\_\_\_\_

Форма оценки результатов: \_\_\_\_\_

Члены аттестационной комиссии (ФИО, должность): \_\_\_\_\_

Таблица 5

№	Фамилия, имя ребенка	Вид аттестационного испытания	Результат аттестации
1.			
2.			
3.			

Подпись педагога

Члены аттестационной комиссии

### Оценочные материалы

#### СХЕМА САМООЦЕНКИ «МОИ ДОСТИЖЕНИЯ»

(методика определения личностного развития)

Таблица 6

Тема	Что мною сделано?	Мои успехи и достижения	Над чем мне надо работать?

#### МОНИТОРИНГ ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ УЧАЩЕГОСЯ В ПРОЦЕССЕ УСВОЕНИЯ ИМ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Таблица 7

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное количество баллов	Методы диагностики
1. Организационно-волевые качества: а. Воля	Способность активно побуждать себя к практическим действиям	-волевые усилия учащегося побуждаются извне; -иногда-самим учащимся; -всегда самим учащимся	1  5  3	Наблюдение

**Диагностическая таблица контроля знаний.**  
(проводится в форме устной беседы)

Объединение \_\_\_\_\_

Дата проведения: \_\_\_\_\_

Таблица 8

№	Фамилия, имя	Основы туризма	Велотуризм	Азбука туристско-бытовых навыков	Основы медицинских знаний	Питание в походе	Подготовка и проведение похода
1.							
2.							
3.							
4.							

Вывод:

---

Педагог дополнительного образования \_\_\_\_\_

**Методические материалы**

**Описание методов обучения и воспитания.**

В работе по программе используются следующие **методы обучения**:

- словесные методы обучения: лекции и беседы с учащимися по необходимым темам, конференции по итогам похода;
- наглядные методы обучения (показ видеоматериала, посещение соревнований более высокого уровня, наблюдение за выполнением заданий педагогом или старшими участниками группы);
- практические методы обучения: тренинги, соревнования, походы;
- проектные при планировании похода;
- контрольные методы: тестирование на усвоение материала, отчёт о походе.

**Методы воспитания:**

Метод **убеждения** в дополнительном образовании вполне естественен, так как посещение учреждений дополнительного образования не носит обязательного характера, и применение жестких методов приведет к потере обучающегося. Особое место занимают краткие, яркие и занимательные беседы, объяснения, рассказы о нравственном поведении. Наибольший эффект дают индивидуальные беседы авторитетных и близких ребенку людей, убеждение на собственном опыте, использование литературных произведений, притч, сказок, увлечение творческим поиском и добрым делом и т. д.

Через метод **упражнений** происходит формирование опыта поведения, организация воспитательной деятельности педагога дополнительного образования.

Метод **поощрения** — это стимул самоутверждения, осознание, фиксация собственного успеха. В дополнительном образовании каждый ребенок может быть более успешен, чем в основном образовании.

**Стимулирование** — метод, в основе которого лежит формирование у воспитанников осознанных побуждений их жизнедеятельности. В педагогике в качестве стимулирования распространены такие компоненты, как поощрение и наказание.

**Наказание** — это компонент педагогического стимулирования, применение которого должно предупреждать нежелательные поступки детей.

**Метод мотивации** — способствует созданию ситуации успеха воспитанников.

Метод **коррекции** поведения направлен на формирование у воспитанников навыков психических и физических саморегуляций, развитие навыков анализа жизненных ситуаций, обучение детей навыкам осознания своего поведения и состояния других людей.

Метод **дилемм** — заключается в совместном обсуждении воспитанниками моральных проблем.

**Рефлексия** — как процесс размышления воспитанников о происходящем в его собственном сознании предполагает не только познание человеком самого себя в определенной ситуации или в определенный период, но и выяснение отношения к нему окружающих, а также выработку представлений об изменениях, которые могут произойти с ним.

### **Описание технологий обучения**

#### **Здоровьесберегающие технологии**

Выбор данной структуры занятий и методов организации учебного процесса способствует предотвращению состояния переутомления, а также предупреждению травматизма.

Занятия строятся на чередовании выполнения физически сложных заданий и техники релаксации (например, смена видов деятельности).

#### **Игровые технологии**

Понятие «игровые педагогические технологии» включает достаточно обширную группу методов и приёмов организации педагогического процесса в форме различных педагогических игр. В отличие от игр вообще, педагогическая игра обладает существенным признаком - четко сформулирована цель обучения и соответствующий ей педагогический результат, которые характеризуются учебно-познавательной направленностью.

#### **Технология обучение в сотрудничестве (групповая работа)**

Групповая работа является основной формой проведения занятий. Данная технология основана на принципах: взаимозависимость членов группы; личная ответственность каждого члена группы за собственные успехи и успехи группы; общая оценка работы группы. Таким образом, вся группа заинтересована в усвоении учебной информации каждым ее членом,

поскольку успех группы зависит от вклада каждого, а также в совместном решении поставленной перед группой проблемы.

### **Технология проблемного обучения**

В процессе обучения создаются проблемных ситуаций (такие как: планирование нитки маршрута похода или прохождения дистанции ориентирования, составление раскладки продуктов питания и т.д.), задача которых организовать активную самостоятельную деятельность среди учащихся по их разрешению. В результате чего происходит творческое овладение знаниями, умениями, активизируются мыслительные способности.

### **Формы организации учебного занятия**

Формы образовательного процесса включают в себя:

- практическое занятие;
- теоретическое занятие;
- беседы;
- презентация;
- игры;
- туристские слёты;
- соревнования;
- походы;
- конкурсы;
- тренировки;
- планирование и разбор маршрута.

Учебный материал строится на теоретических и практических занятиях. Занятия проводятся с применением наглядного материала, туристского снаряжения, оборудования для соревнований по спортивному туризму. Практические занятия можно проводить как на местности, так и в помещении, в зависимости от темы занятий и времени года.

### Список литературы

- 1.Булгаков А. А. Велосипедный туризм для всех. - М.: Проф-издат, 1984.
- 2.Единая спортивная классификация Республики Беларусь.
- 3.Нормативные документы по спортивному туризму.
- 4.Турист (библиотека туриста). - М.: Физкультура и спорт, 1989.
- 5.Школа альпинизма (начальная подготовка). - М.: Физкультура и спорт, 1989.
- Литература для учащихся
- 6.Краткий справочник туриста / сост. Ю.А. Штюмер. - М.: Профиздат, 1985.
- 7.Правила дорожного движения Республики Беларусь.

#### Литература туризм

- 1.Абрамов В.В, Тонкошкур М.В. История туризма. – Харьков, ХГАФК, 2005
- 2.Алексеев А. Питание в туристском походе. – М., 1992
- 3.Алешин Профиздат, 1985
- 4.Балабанов И.В. Узлы. – М., 2001
- 5.Бардин К. В. Азбука туризма. – М.: Просвещение, 1981 – 205 с.
- 6.Берман А. Е. Юный турист. – М.: Просвещение, 1977 – 160 с.
- 7.Власов Просвещение, 1977 – 95 с.
- 8.Волович В.Т. Человек в экстремальных условиях природной среды. – М.:Мысль, 1983.Кодыш Э. Соревнования туристов - М., 1990 р.
- 9.Воронов Ю.С., Николин М.В., Малахова Г.Ю. Методика обучения юных ориентировщиков технико-тактическим действиям и навыкам: Учебное пособие.- Смоленск, 1998
- 10.Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся: Учебно-методическое пособие. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2000 – 228 с.
- 11.Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. – М., 1990
- 12.Кропф Ф. Спасательные работы в горах. Учебное пособие для альпинистов и туристов. – М., 1975
- 13.Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. – М.: ЦДЮТур, 1997
- 14.Курилова В.И. Туризм: Учебное пособие. – М.: Просвещение, 1988 – 224 с.
- 15.Линчевский Э. Психологический климат туристской группы. – М., 1981
- 16.Лысогор Н.А. и др. Питание туристов в походе. – М., 1980
- 17.Организация и проведение поисково-спасательных работ силами туристской группы – М.: Центральное рекламное-информационное бюро "Турист", 1981
- 18.Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов. – М.: Профиздат, 1987
- 19.Роцин А.Н. Ориентирование на местности. – К: Вища школа, 1982 – 104 с.
- 20.Спутник туриста / Сост. К.И.Вахлис. – К.: Здоровье, 1983
- 21.Туризм в школе.— М., 1983 р.
- 22.Туристские спортивные маршруты / Сост. В.Ю.Попчиковский. – М.: Профиздат, 1989
- 23.Штюмер Ю. Краткий справочник туриста <sup>3</sup>/<sub>4</sub> М., 1982 р.
- 24.Штюмер Ю.А. Опасности в туризме: мнимые и действительные. – М.,1983

**Учебный план  
для детей,  
находящихся в трудной жизненной ситуации (ТЖС) (ОБРАЗЕЦ!)**

Таблица 9

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов	Формы аттестации	Особенности и адаптации	Форма проведения	Примечание
		Всего	Теория	Практика		
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Основы туризма</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>0</b>		
1.1	Безопасность в походах. Знакомство с природой	1	1	0	Игровая викторина	Упрощённые правила, больше наглядности
1.2	Растения нашего края: полезные и опасные	1	1	0	Рисунки растений	Акцент на безопасность, запрещающие знаки
<b>2</b>	<b>Раздел 2. Велотуризм</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>		
2.1	Основы безопасной езды на велосипеде	1	1	0	Велопробег по безопасной территории	Тренировка на закрытой площадке
2.2	Простые элементы управления велосипедом	1	0	1	Эстафета "Весёлый велосипедист"	Упрощённые задания, страховка
<b>3</b>	<b>Раздел 3. Основные туристские навыки</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>		
3.1	Что нужно в походе (упрощённый список)	1	1	0	Игра "Собери рюкзак"	Минимальный набор снаряжения
3.2	Установка палатки	2	0	2	Командный конкурс	Работа в группах с

	(облегчённый вариант)					инструкторо м
3.3	Безопасное обращение с огнём	1	0	1	Практикум с педагогом	Только под контролем взрослых
<b>4</b>	<b>Раздел 4. Безопасность и здоровье</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>0</b>		
4.1	Простая первая помощь	1	1	0	Ситуационные игры	Основные правила в картинках
4.2	Личная гигиена в походе	1	1	0	Памятка-раскраска	Наглядные материалы
<b>5</b>	<b>Раздел 5. Питание в походе</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>		
5.1	Простое походное меню	1	1	0	Составление меню	Готовые варианты на выбор
5.2	Упаковка продуктов	1	0	1	Практическое занятие	Использование простой упаковки
<b>6</b>	<b>Раздел 6. Подготовка к походу</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>		
6.1	Простые правила поведения в походе	1	1	0	Игра "Что можно/нельзя"	Чёткие понятные правила
6.2	Распределение обязанностей в группе	1	1	0	Ролевая игра	Простые понятные роли
6.3	Знакомство с родным краем	1	1	0	Фотокросс	Близкие к дому локации
6.4	Подведение итогов (рефлексия)	1	0	1	Рисунки "Мой поход"	Невербальные методы выражения

<b>Итог о</b>		<b>16</b>	<b>10</b>	<b>6</b>		
-------------------	--	-----------	-----------	----------	--	--

**Особенности адаптации:**

1. Уменьшена продолжительность занятий (30-40 минут)
2. Упрощён теоретический материал
3. Увеличено количество игровых форм работы
4. Добавлены частые перерывы
5. Введена система поощрения (значки, грамоты)
6. Обязательное присутствие психолога на занятиях
7. Возможность индивидуального сопровождения
8. Акцент на положительные эмоции и успех каждого участника

**Формы аттестации:**

- Творческие работы (рисунки, коллажи)
  - Фотоотчёты
  - Упрощённые тесты с картинками
  - Наблюдение педагога
  - Самооценка через "смайлики"
- Программа направлена на:
- Повышение самооценки детей
  - Развитие социальных навыков
  - Снятие тревожности через контакт с природой
- Получение положительного опыта взаимодействия в группе

## Приложение 2

Форма заявления о  
переводе на обучение по  
индивидуальному  
учебному плану, в том  
числе на ускоренное  
обучение

Перевести на обучение по индивидуальному учебному плану (ускоренное обучение) с «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. Приказ № \_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.  
**(заполняется администрацией муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования)**

Директору МБУДО СДЮТЭ

Л.Н. Мисан

от \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
*(ФИО родителей, законных  
представителей)*

## ЗАЯВЛЕНИЕ

Прошу перевести на обучение (организовать обучение) по индивидуальному плану/ускоренное обучение *(ненужное зачеркнуть)* по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе (уровень освоения *(ознакомительный, базовый, углубленный)*), модуль):

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
*(наименование программы, необходимый уровень из перечисленных подчеркнуть)*  
моего ребенка \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
*(фамилия, имя, отчество ребенка  
полностью)*

Срок обучения с \_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_, продолжительность \_\_\_\_\_ часов

Форма обучения \_\_\_\_\_

» \_\_\_\_\_ 202 г. \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

*Подпись**ФИО заявителя*

Приложение 3

**Итоговый тест**

Форма контроля: Письменный тест + практические задания

Время выполнения: 60 минут

Максимальный балл: 100

Часть 1. Теоретические вопросы (40 баллов)

1. Раздел 1. Основы туризма (8 баллов)

1. Перечислите 3 основных правила техники безопасности в пешеходном туризме. (3 балла)

2. Почему важно соблюдать охрану природы в походе? Приведите 2 примера. (2 балла)

3. Назовите 3 ядовитых растения Анапского района. (3 балла)

2. Раздел 2. Велотуризм (7 баллов)

4. Какие основные правила безопасности нужно соблюдать в велотуризме? (3 балла)

5. Перечислите 3 элемента фигурного вождения велосипеда. (3 балла)

6. Почему важно проводить техническое обслуживание велосипеда перед походом? (1 балл)

3. Раздел 3. Азбука туристско-бытовых навыков (10 баллов)

7. Какие виды походов вы знаете? (2 балла)

8. Опишите правила укладки рюкзака. (3 балла)

9. Какие типы костров используются в туризме? Назовите 3 вида и их назначение. (5 баллов)

4. Раздел 4. Основы медицинских знаний (8 баллов)

10. Как оказать первую помощь при кровотечении? (3 балла)

11. Какие препараты должны быть в групповой аптечке? (3 балла)

12. Назовите 2 заболевания, характерных для походов, и способы их профилактики. (2 балла)

5. Раздел 5. Питание в походе (4 балла)

13. Какие основные требования к пищевой раскладке в походе? (2 балла)

14. Как правильно хранить продукты в походе? (2 балла)

6. Раздел 6. Подготовка и проведение похода (3 балла)

15. Какие обязанности есть у участников похода? (3 балла)

Часть 2. Практические задания (60 баллов)

1. Установка палатки (15 баллов)

• Время: 5 минут

• Критерии:

○ Правильность сборки (10 баллов)

○ Скорость (5 баллов)

2. Фигурное вождение велосипеда (15 баллов)

• Задание: Прохождение трассы с препятствиями

- Критерии:
    - Техника выполнения (10 баллов)
    - Без ошибок (5 баллов)
  - 3. Оказание первой помощи (15 баллов)
    - Ситуация: "Пострадавший с переломом ноги"
    - Задание:
      - Наложение шины (10 баллов)
      - Алгоритм действий (5 баллов)
  - 4. Разведение костра (15 баллов)
    - Задание: Разжечь и поддерживать костер 5 минут
    - Критерии:
      - Правильный выбор типа костра (5 баллов)
      - Безопасность (5 баллов)
      - Умение поддерживать огонь (5 баллов)
- Критерии оценки:
- 90–100 баллов – Отлично
  - 75–89 баллов – Хорошо
  - 60–74 балла – Удовлетворительно
  - Менее 60 баллов – Неудовлетворительно

### **Игры на свежем воздухе.**

1. **Салочки с мячом.** Это те же «догонялки», только играющие спасаясь от погони, одновременно передают друг другу мячик. Главное – передать мяч тому, кого водящий вот-вот догонит, так как человека с мячом салить нельзя. Воде приходится переключаться на другого игрока. Разрешается перехватывать мяч. Если он оказался в руках у водящего, то догонять всех теперь будет тот участник, по вине которого произошла потеря мяча.

2. **Скореходы султана.** В центре площадки выбирают почётное место. Из участников формируются две команды, это скореходы. «Султан» отделяется от остальных играющих и забрасывает мяч как можно дальше. В это время все скореходы, закрыв глаза, тихо стоят и слушают, куда упадёт мяч. Услышав стук мяча о землю, они бегут его искать. Нашедший старается незаметно передать мячик игроку своей команды. Долго держать мяч в руках нельзя. Двигаясь к цели, его одновременно нужно перекидывать друг другу, не давая в руки соперников. Побеждает группа, представитель которой первым принесёт «султану» мячик и положит его на почётное место.

4. **Апорт!** Для игры понадобятся два мячика разных цветов, но одного размера. Взяв их в руки, игроки становятся к заранее нарисованной линии старта. По команде «Апорт!» каждый должен бросить свой мяч как можно дальше и сразу же побежать за снарядом соперника. Выигрывает тот, кто первым принесёт чужой мячик.

5. **Десяточки.** Играющие по очереди выполняют упражнения с мячом. 10 раз – просто кидают мяч в стену; 9 раз – кидают, и пока летит мяч,

успевают один раз хлопнуть в ладоши; 8 раз – нужно успеть хлопнуть два раза; 7 раз – три хлопка; 6 раз – мяч кидается из-под правой ноги; 5 раз – из-под левой; 4 раза – нужно принять мяч, перепрыгнув через него, так чтобы он проскочил между ног; 3 раза – бьём о стену одной рукой; 2 раза – другой; 1 раз – успев обернуться вокруг себя. Если заданный элемент не удался, ход передаётся следующему участнику. Побеждает тот, кто выполнит все задания раньше остальных.

**6. Ракета.** Какая вы мама из мультфильма? Примерьте на себя образ мамы одного из советских мультфильмов. Заодно узнайте, какой тип материнства присущ именно вам! Играющие, взяв в руки маленькие (например, теннисные) мячики, становятся вдоль внешней границы начерченного на земле круга диаметром около 10 метров. Ведущий с большим (баскетбольным или волейбольным) мячом располагается в центре. Со словами: «Три, два, один... пуск!» он подбрасывает свой мяч вверх (запускает ракету), остальные кидают в эту летящую цель маленькие мячики, пытаясь попасть. За каждый точный бросок игроку начисляется балл. Победителем становится тот, кто за определенное число попыток набрал большее количество баллов. Примечание: Для данной спортивной игры с мячом необходим судья, который наблюдает со стороны. Он следит за тем, чтобы никто не заступал за черту, и считает попадания.

**7. В яблочко.** Заранее отмечается линия броска, на расстоянии двух метров от нее кладётся обруч (или рисуется круг). Участники становятся к линии, и по очереди кидают мяч в круг. Их задача — попасть в него так, чтобы снаряд отскочил прямо в руки ведущего, стоящего на противоположной стороне (за обручем). После броска игрок отходит в сторону, уступая место другому. Если мяч задел обруч или если ведущий не смог поймать его, бросок не засчитывается. Игра проводится в быстром темпе, несколько раз, потом подсчитываются точные броски и выявляется победитель.