

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ
«ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ»

ПРОГРАММА
в рамках областного
профильного лагеря
«Туристическая тропа»

Направленность: туристско-
краеведческая
Уровень сложности: стартовый
Возраст: 8-17 лет
Срок реализации и объем: в рамках
профильной смены
с 28 октября по 3 ноября 2024 г. (40
часов)

Составитель:
методист
Рудакова Анна Евгеньевна

2024

год

**Паспорт программы в рамках областного профильного лагеря
«Туристическая тропа»**

1	Ответственные исполнители программы	Государственное образовательное учреждение дополнительного образования Тульской области «Центр дополнительного образования детей»
2	Основания для разработки Программы	Данная программа разработана в соответствии с требованиями Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; методическими рекомендациями по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны (письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 №АБ – 3935/06)
3	Участники программы	обучающиеся 8-16 лет (2-10 класс) образовательных организаций всех типов
4	Цель программы	формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся, развитие адаптированного и коммуникативного потенциала личности через туризм и краеведение.
5	Задачи программы	<ul style="list-style-type: none"> - организация систем оздоровительных мероприятий, связанных с профилактикой распространенных заболеваний у детей; - совершенствование навыков туристского мастерства; - развитие у подростков чувства товарищества и взаимопомощи; - организация познавательного досуга;

	<ul style="list-style-type: none">- привитие навыков общения с окружающей средой;- проведение учебно-тренировочных занятий по спортивному туризму и спортивному ориентированию;- пропаганда туризма как эффективного средства активного отдыха и здорового образа жизни
--	---

Пояснительная записка

В соответствии с Законом «Об образовании» здоровье школьников относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования. Вопрос сохранения здоровья обучающихся в школе на сегодняшний день стоит очень остро. Использование в воспитании здорового поколения возможных ресурсов, способствует привлечению детей к спортивным занятиям.

Среди основных направлений Федеральной программы развития системы образования обозначены поддержка и развитие разнообразных форм оздоровительной работы в учреждениях различных типов и видов. Ученые пришли к единому мнению, что в недопущении болезни, в удержании и преумножении здоровья решающая роль принадлежит не медицине и не системе здравоохранения, а тем социальным институтам, которые определяют условия и образ жизни ребенка - семье и школе.

Сохранение здоровья подрастающего поколения является наиболее актуальным для системы образования (общего и дополнительного), поскольку от уровня состояния здоровья во многом зависит и качество обучения. Очевидно, что образование сегодня должно быть здоровьесберегающим, направленным на формирование личности, здоровой духовно и физически.

Наиболее эффективной формой организации отдыха и оздоровления детей и подростков является туристско-краеведческое мероприятие - это и поход (пеший, водный, вело и т.д.); и экскурсия; и экспедиция; и соревнование; и профильный оздоровительный лагерь.

Профильный туристско-краеведческий лагерь - это одна из интереснейших форм работы со школьниками: возможность интересно отдохнуть, оздоровить и закалить свой организм, а также закрепить на практике и проверить те знания и умения, которые они получили на занятиях в течение учебного года.

Во время пребывания детей в лагере происходит разрядка накопившейся за год напряженности, восстановление израсходованных сил, здоровья, развитие творческого потенциала. Эти функции выполняет профильная смена лагеря государственного образовательного учреждения дополнительного образования Тульской области «Центр дополнительного образования детей».

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Туристическая тропа» по своей направленности является комплексной, т.е. включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, отдыха и воспитания учащихся в условиях туристско-краеведческого лагеря. Но приоритетным направлением работы данного лагеря является спортивно массовая работа, тренировочный процесс, туристско-краеведческая деятельность.

Данная программа разработана в соответствии с требованиями Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; методическими рекомендациями по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для

вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны (письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 №АБ – 3935/06).

Данная программа туристско-краеведческой направленности предназначена для обучающихся 8-16 лет (2-10 класс) образовательных организаций всех типов.

Актуальность данной программы состоит в том, что в настоящее время всё большее внимание уделяется пропаганде здорового образа жизни. Одной из составляющей этой работы и является туристско-краеведческая деятельность. Именно туризм служит важным средством гармонического развития, укрепления здоровья, воспитания современного человека. Программа направлена на удовлетворение потребностей, обучающихся в активных формах двигательной деятельности, обеспечивает физическое, психическое и нравственное оздоровление. Пребывание в осеннем профильном туристско-спортивном лагере особенно важно для городских детей, ограниченных в движении, для ребят, которые живут в отдалении от природы.

Профильная программа лагеря сможет наиболее полно реализовать интеллектуально-творческий потенциал детей, позволит каждому показать и реализовать себя в соответствии со своими наклонностями и способностями

Основная цель программы - формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся, развитие адаптированного и коммуникативного потенциала личности через туризм и краеведение.

Основные задачи программы:

- организация систем оздоровительных мероприятий, связанных с профилактикой распространенных заболеваний у детей;
- совершенствование навыков туристского мастерства;

- развитие у подростков чувства товарищества и взаимопомощи;
- организация познавательного досуга;
- привитие навыков общения с окружающей средой;
- проведение учебно-тренировочных занятий по спортивному туризму и спортивному ориентированию;
- пропаганда туризма как эффективного средства активного отдыха и здорового образа жизни.

Отличительная особенность данной программы состоит в том, что она разработана с учетом современных образовательных технологий. В программе организуется разнообразная деятельность; предоставляется возможность каждому ребенку попробовать свои силы в разнообразных видах туристско-спортивной деятельности.

Ожидаемые результаты программы.

1. Формирование системы межличностных отношений, основанных на принципах общечеловеческой морали;
2. формирование устойчивого интереса и увлечение туристско-краеведческой деятельностью;
3. оздоровление детей, находящихся в лагере;
4. укрепление дружбы и сотрудничества между детьми разных возрастов;
5. рациональное проведение детьми свободного времени.

Итоги успешности реализации данной программы, будут выражены в результатах соревнований, турниров, а также конкурсах и викторинах, проведенных за период лагеря.

Срок реализации программы: 40 часов.

Учебный план программы «Туристическая тропа»

№ п/п	Наименование темы	Кол-во часов	
		теория	практика
1	Введение, техника безопасности	1	
2	Краеведение. День народного единства. Конкурс плакатов, посвященный Дню народного единства	1	2
3	Поход выходного дня «Мы в такие шапали дали»	1	6
4	Техника пешеходного туризма	2	4
5	Мастер-классы. «Узелок завяжется» «Бухтование веревки» «Верхняя обвязка» «Вязка носилок»	2	4
6	Ориентирование на местности	2	4
7	Игра «Тропа испытаний»		4
8	Веревочный городок		4
9	Подведение итогов смены	1	2
		10	30
	Итого:	40	

Содержание дополнительной общеразвивающей программы «Туристическая тропа»

1. **Введение, техника безопасности.** Знакомство с программой. Виды туризма. Развитие туристического движения в России, в регионе. (1 час)

2. **Краеведение. День народного единства.** Дата праздника. История установления праздника. Связь исторических событий, послуживших установлению праздника с историей Тульского края. (3 часа)

3. **Поход выходного дня «Мы в такие шапали дали».** Однодневный радиальный поход по району расположения лагеря, совершенствование и применение на практике туристских навыков, краеведческих знаний, правил поведения в природе. (7 часов)

4. **Техника пешеходного туризма.** Последовательность командных действий при работе на технических этапах «Спуск», «Подъем», «Траверс»,

«Параллельные перила», «Навесная». Распределение обязанностей. Работа в связках. Командная страховка и сопровождение. Возможные ошибки и нарушения. Правила техники безопасности. (6 часов)

5. **Мастер-классы.** «Узелок завяжется». «Бухтование веревки». «Верхняя обвязка». «Вязка носилок». (6 часов)

6. **Ориентирование на местности.** Ориентирование по карте, схеме, обозначенному маршруту, по легенде, по маркированной трассе, по азимуту, в заданном направлении. Топографическая подготовка. Определение сторон света, азимута по местным признакам. Средства связи и сигналы. Практические занятия по спортивному ориентированию, отработка навыков и умений. (6 часов)

7. **Игра «Тропа испытаний».** Комплексные командные соревнования. (4 часа)

8. **Веревочный городок.** Структура вида спорта «Спортивный туризм». Специальное снаряжение для прохождения пешеходной дистанции. «Веревочный городок». (4 часа)

9. **Подведение итогов смены.** Награждение, закрытие. Анализ предложений по деятельности профильного туристического лагеря. (3 часа).

Условия успешной реализации программы

Постановка реальных целей и планирование результатов программы;

Заинтересованность педагогов и детей в реализации программы;

Благоприятный психологический климат;

Удовлетворенность детей и взрослых предложенными формами работы;

Творческое сотрудничество взрослых и детей.

Проведение учебно-тренировочных занятий и мероприятий по программе корректируется ежедневно с учетом погодных условий. Правила внутреннего распорядка, расписание тренировок и другая информация вывешивается на стенде информации.

Учебно-воспитательный процесс в лагере организуется в соответствии с планом – сеткой, расписанием учебно-тренировочных занятий, графиком проведения учебно-тренировочных занятий.

Материальное обеспечение

ГОУ ДО ТО «ЦДОД» частично обеспечивает участников смены необходимым снаряжением для реализации профильной программы.

Туристский инвентарь и снаряжение для практических занятий:

веревки, карабины, страховочные системы, коврики, спальники, палатки, котлы, костровое оборудование, тенты, призмы, компостеры, карты, видео -техника с набором видеоматериалов по технике и тактике спортивного туризма, краеведению, технике безопасности, общее снаряжение для организации похода.

Спортивный инвентарь:

мячи футбольные, волейбольные, набор для настольного тенниса, скакалки.

Настольные игры, шахматы, шашки, канцелярские товары.

Список литературы

1. Об образовании в Российской Федерации: Федеральный закон от 29.12.2012 г № 273-ФЗ, в ред. от 17.02.2023 г. // Российская газета. – 2012. – 31 дек.
2. Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей и признании утратившим силу Распоряжения Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р: распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р (вместе с «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года») // Консорциум КОДЕКС: электронный фонд правовых и нормативно технических документов. – Москва, 2023.
3. СП 2.4.3648-20. Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи: утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 // Официальный интернет-портал правовой информации. - Москва, 2020.
4. Кузнецов В.С. Упражнения и игры с мячами / В.С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. - М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2002.
5. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физические упражнения и подвижные игры. Методическое пособие. Эпас, 2006.
6. Реутский С.В., Физкультура про другое, Агентство образовательного сотрудничества, СПб, 2006, 224 с.
7. Викулов А.Д., Бутин И.М. Развитие физических способностей детей: Кн. для малышей и их родителей. – Ярославль, 1996.
8. Воронов Ю.С., Николин М. В., Малахова Г. Ю. Методика обучения юных ориентировщиков тактическим действиям и навыкам. – Смоленск, 1998.
9. Воронов Ю.С. Тесты и занимательные задачи для юных ориентировщиков. – М., 1998.
10. Дихтярев В.Я. Вся жизнь – поход. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1999.

- 11.Иванов Е.И. Начальная подготовка ориентировщика. – М.: Физкультура и спорт, 1985.
- 12.Ильичев А.А. Популярная энциклопедия выживания. – 2-е изд., испр., доп. и перераб. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2000. Козлова Ю.В., Ярошенко В.В. Полевой туристский лагерь школьников.

**Критерии отбора к занятиям по дополнительной
общеобразовательной общеразвивающей программе
«Туристская тропа»**

Отбор на обучение по направлению «Туристская тропа» осуществляется на основании следующих критериев:

- группа здоровья – основная, подготовительная.
- занятия в объединениях по программе спортивной, туристско-спортивной или туристско-краеведческой направленности – не менее 1 года.
- результативное участие в городских, региональных и межрегиональных спортивных соревнованиях, соревнованиях по туризму, спортивному ориентированию.

В профильную смену приглашается учащиеся (возраст от 8 до 16 лет) из муниципальных и государственных образовательных организаций, занимающихся в течение года спортивных секциях различных направлений, туристско-спортивных или туристско-краеведческих объединениях, принимающих активное участие в соревнованиях различного уровня, походах выходного дня, экскурсиях, муниципальных и региональных соревнованиях по туризму, спортивному ориентированию, показывающих динамику роста результатов обучения и участия в соревнованиях, проживающих в г. Туле и Тульской области.

**Список преподавателей и организаторов занятий по дополнительной
общеобразовательной общеразвивающей программе
«Туристическая тропа»**

Широкова Мария Викторовна	методист, инструктор по физическому воспитанию
Рудакова Анна Евгеньевна	методист
Пономарева Наталья Викторовна	педагог дополнительного образования
Харченко Юрий Дмитриевич	педагог-организатор
Толкачева Наталья Васильевна	педагог дополнительного образования
Павлова Марина Алексеевна	педагог дополнительного образования
Меркулова Наталья Владимировна	учитель
Косарев Игорь Витальевич	педагог-организатор
Голованчикова Анастасия Романовна	волонтер

**План проведения мероприятий
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программе «Туристическая тропа»**

Дата	Мероприятие	Ответственные	Место проведения
28.10	Заезд, знакомство с лагерем Открытие смены «Знакомьтесь, это мы!»	ПДО Широкова М.В.	Территория лагеря при условии хорошей погоды кинозал
29.10, 30.10	До обеда тренировочная дистанция «Параллели – навесная – спуск-подъем - траверс» тренировочная дистанция «Ориентирование» после обеда мастер-классы: «Узелок завяжется» «Бухтование веревки» «Верхняя обвязка» «Вязка носилок» Подготовка к конкурсу плакатов, посвященных Дню народного единства/ дискотека	ПДО в соответствии с графиком	Территория лагеря при условии хорошей погоды Мастер-классы при условии хорошей погоды на улице, запасной вариант в помещении
31.10	До обеда первенство участников по спортивному ориентированию «Ориентир» После обеда игра по станциям «Тропа испытаний» После ужина Дискотека	Педагоги в соответствии с графиком	Территория лагеря при условии хорошей погоды кинозал
01.11	До обеда первенство участников по спортивному туризму «Веревочный город» После обеда конкурс «Узелок завяжется» После ужина Защита плакатов Дискотека	Косарев И.В., Харченко Ю.Д.	Территория лагеря при условии хорошей погоды, кинозал
02.11	До обеда Поход выходного дня «Мы в такие шагали дали» После обеда подготовка к закрытию Закрытие смены «До свидания, разъезжаемся...»	Широкова М.В., пдо Рудакова А.Е.	Проводится за территорией лагеря
03.11	Операция «Чемоданчик» отъезд		

По согласованию мастер-класс «Первая помощь» с приглашением сотрудников красного креста

*Всероссийский урок «Топографы в годы Великой Отечественной войны 1941-1945 гг»

**Всероссийский урок «Моя Россия»

«*», «**» мероприятия запланированы дополнительно в помещении, в случае плохой погоды.