Государственное образовательное учреждение дополнительного образования
Тульской области
«Центр дополнительного образования детей»

Программа рассмотрена на заседании
педагогического совета
ГОУ ДО ТО «ЦДОД»
протокол № 5
от «09» 10 2023 г.

Утверждаю
Директор ГОУ ДО ТО «ЦДОД»
_____Ю.В.Грошев
Приказ от «16» 10 2023 г. № 431

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Вертикаль»

Направленность: туристско-краеведческая
Уровень сложности: стартовый
Возраст: 9-15 лет
Срок реализации и объем: 2 года (216 часов)

Составитель:
педагог дополнительного образования
Пономарева Н.В.

Тула, 2023

Пояснительная записка

В последние годы Правительство Российской Федерации одной из важнейших задач считает оздоровление нации. Наша задача - как можно быстрее отвлечь подростков и молодёжь от вредных привычек. Для этого необходимо привлечь обучающихся к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

В настоящее время в дополнительном образовании не существует типовой программы обучения спортивному туризму. Первый вариант программы был разработан в 2022 году; в 2023 г. программа обновлена.

Базой для составления дополнительной общеразвивающей программы «Вертикаль» послужили исследования ведущих специалистов, педагогов, опыт коллег, личный опыт педагога дополнительного образования.

Спортивный туризм является универсальным и комплексным средством воспитания подрастающего поколения, привлекающим ребят как младшего, так и старшего школьного возраста. Самодеятельный туристский поход сочетает активный здоровый отдых. Показателем успешного освоения ребенком программы служит активное посещение занятий, участие в туристских походах, соревнованиях по спортивному туризму, познание и освоение окружающего мира, что ставит его в ряд наиболее эффективных методов комплексного воспитания подрастающего поколения. Для обучающихся предусмотрена промежуточная аттестация 2 раза в год (в декабре и апреле) и итоговая аттестация в мае 2 года обучения.

Данная программа разработана в соответствии с действующей нормативно-правовой базой федерального, регионального и локального уровней.

Направленность программы «Вертикаль» – туристско-краеведческая.

Уровень сложности - стартовый.

Новизна программы «Вертикаль» заключается в том, что она адаптирована к условиям обучения и воспитания в условиях нашего города, является начальной ступенью на пути к освоению более сложных программ туристско-краеведческой направленности.

Актуальность программы обусловлена популярностью спортивного туризма в подростковой среде, ежегодным проведением соревнований для обучающихся по спортивному туризму, по программе «Школа безопасности» и необходимостью организации грамотной подготовки к участию в них, введением Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО и включением в него в качестве вида по выбору туристского похода с проверкой туристских навыков для обучающихся в возрасте 8 лет и старше.

Отличительные особенности программы состоят в том, что она позволяет не только сформировать у детей традиционные туристские навыки, но и подготовить их к участию в новом для спортивного туризма виде деятельности - соревнованиях по туристскому многоборью и на пешеходных дистанциях.

Разнообразие форм спортивно-туристской деятельности способствует развитию ребенка, общему оздоровлению его организма, укреплению физических и духовных сил, приобретению навыков самостоятельной деятельности, инициативности и коллективизма, развивает интерес к истории и культуре родного края, воспитывает патриотизм, повышает творческую активность.

История детско-юношеского туризма в России подтверждает эффективность использования различных формы туристско-краеведческой деятельности с целью развития интеллекта, укрепления здоровья, развития коммуникативных способностей

обучающихся. Туристские слеты и соревнования предоставляют детям возможность свободного общения со сверстниками, приобретению навыков самостоятельной деятельности, способствуют изучению Родины.

Успешное освоение программы позволяет обеспечить адаптацию ребенка к процессам, протекающим в современном обществе, его социализацию в условиях современной жизни.

Адресат программы – обучающиеся в возрасте 9-15 лет, заинтересованные в своем физическом развитии, расширении кругозора, освоении туристкой техники с целью участия в соревнованиях по туристскому многоборью, походах. Рекомендуемый минимальный состав группы первого года обучения 15 человек, второго года обучения - 12 человек.

Объем программы – составляет 216 часов (по 96 часов 1 год обучения, 120 часов 2 год обучения).

Срок освоения программы-2 года.

Формы организации образовательного процесса – программа реализуется в сетевой форме с участием ГОУ ДО ТО «ЦДОД» и МБОУ ЦО №48 на основании договора о сетевом взаимодействии. Занятия проводятся всем составом объединения в виде теоретических и практических занятий в помещении и на местности. Теоретические знания сообщаются обучающимися в виде бесед, мини-лекций и в ходе практических занятий. *Основной формой организации образовательного процесса* является групповое комбинированное занятие с ярко выраженным индивидуальным подходом, которое нацелено на освоение теоретического материала. Занятия проводятся с группой обучающихся в виде практических занятий в помещении, на спортивной площадке, на местности. Теоретические знания сообщаются детям в ходе практических занятий.

Каждый годовой цикл предусматривает организацию и проведение туристского похода, участие в соревнованиях различного уровня, подготовка к которым должна осуществляться в течение всего года.

Формы организации занятий: игра, беседа, лекция, экскурсия, соревнования, тренировка, поход и другие.

Режим занятий – 1 год обучения – по 6 часов в неделю – 6 недель (занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 учебных часа), далее 30 недель по 2 часа в неделю (занятия проводятся 1 раза в неделю по 2 учебных часа), с обязательным проведением 10-15-ти минутной динамической паузы, что составляет 96 часов в год; 2 год обучения – по 6 часов в неделю – 12 недель (занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 учебных часа), далее 24 недели по 2 часа в неделю (занятия проводятся 1 раза в неделю по 2 учебных часа), с обязательным проведением 10-15-ти минутной динамической паузы, что составляет 120 часов в год, что соответствует действующим нормам СП 2.4. 3648-20. Количество теоретических и практических занятий регулируется расписанием и календарным учебным графиком на каждый месяц.

В программе педагогом дополнительного образования может быть скорректировано количество часов на изучение разделов, тем в зависимости от уровня развития детей и усвоения ими материала.

Цель и задачи программы

Цель программы: создание дополнительных условий для личностного развития подростков и их позитивной социализации за счет удовлетворения их потребностей в физическом развитии, расширении кругозора, получении практических туристских навыков.

Задачи:

Научить:

- правилам поведения в походе;
- основам ориентирования;
- правилам поведения в транспорте;
- играм по правилам дорожного движения.

Привить:

- устойчивый интерес к занятиям по туризму и краеведению;
- бережное отношение к окружающему миру.

Развить:

- наблюдательность, внимательность;
- смекалку, изобретательность и устойчивый интерес к краеведению и туризму;
- навыки общения и взаимодействия в группе;
- умения использовать полученные знания для самостоятельного поиска новых знаний, для решения задач, возникающих в процессе туристско-краеведческой деятельности;
- самостоятельность, исполнительность, дисциплинированность, инициативность обучающихся.

Сформировать:

- устойчивый интерес к краеведению и туризму;
- образное мышление;
- навыки работы в команде;
- основы знаний в области туризма и краеведения;
- мотивацию к здоровому образу жизни.

Воспитать:

-трудолюбие, терпение;
-уважительное отношение к другому человеку, доброжелательность;
- духовно-нравственные качества личности: любовь к народу, искусству, уважение к труду и его результатам, уважение к людям труда и их профессии и др.;
-активность, целеустремленность, настойчивость;
-ответственность за свою деятельность.

Ожидаемые результаты и способы их проверки

Итогом реализации программы станут следующие результаты:

Предметные результаты

К концу обучения по данной программе обучающиеся *научатся:*

- договариваться о распределения функций и ролей в туристско-краеведческой деятельности;
- первичным навыкам ориентирования на местности;

У обучающихся будут *сформированы:*

-умения планировать и осуществлять совместную деятельность;
-способность к саморазвитию.

У обучающихся будут *развиты:*

-основные представления о краеведении и туризме;
-наблюдательность, внимательность;
-смекалка, изобретательность и устойчивый интерес к туристско-краеведческой деятельности;
-способность к синтезу и анализу, гибкость в поисках решений и идей;

Обучающимся будут *привиты:*

-устойчивый интерес к занятиям туристско-краеведческого направления.

Метапредметные результаты

У обучающихся будут *сформированы:*

-умение обобщать и систематизировать полученную информацию на занятиях, интегрировать ее в личный опыт;
-умения анализировать свою деятельность (с помощью педагога) и проводить ее коррекцию;
-навыки культуры поведения, в том числе в учебном диалоге;
-умения использовать знания, полученные на занятиях, в реальной жизни.
У обучающихся будут *развиты:*
-коммуникативные навыки;
-гибкость в поисках решений и идей;
-навыки работы в команде.

Личностные результаты

У обучающихся будут *сформированы:*
- мотивация к здоровому образу жизни.
-навыки сотрудничества со взрослыми и со сверстниками.
Обучающимся будут *привиты:*
-устойчивый интерес к туристско-краеведческой деятельности;
-бережное отношение к окружающему миру.
У обучающихся будут *воспитаны:*
-трудолюбие, терпение, усидчивость;
-уважительное отношение к другому человеку, доброжелательность;
-старательность;
-активность, целеустремленность, настойчивость;
-ответственность за свою деятельность;
-любовь к природе и окружающему миру.

Способы проверки ожидаемых результатов могут варьироваться, исходя из уровня развития детей, но основываются в основном на педагогическом наблюдении, а также оцениваются по результатам проводимых мероприятий.

Предусмотрена промежуточная аттестация в середине (декабрь) и в конце (апрель) учебного года, итоговая аттестация в апреле-мае 2 года обучения.

Учебный план 1 год обучения
(стартовый уровень сложности)

	Название раздела	Кол-во часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение	1	1		*Форма контроля: входная диагностика:* беседа
2	История развития туризма	2	1	1	*Форма контроля: текущий контроль:* викторина, опрос
3	Туристские возможности родного края. Краеведческие наблюдения	14	2	12	*Форма контроля: текущий контроль:* игровая практика, тесты
4	Специальная физическая и техническая подготовка.	6		6	*Форма контроля: текущий контроль:* контрольные упражнения, нормативы
5	Техническая подготовка	15		15	*Форма контроля: текущий контроль:* соревнования

6	Туристские слеты и соревнования (туристическое многоборье)	7		7	*Форма контроля: текущий контроль:* соревнования
7	Организация туристского похода.	5		5	*Форма контроля: текущий контроль:* заполнение маршрутных листов
8	Снаряжение туристской группы.	3	1	2	*Форма контроля: текущий контроль:* тестирование, игровая практика
9	Питание в походе.	2	2		*Форма контроля: текущий контроль:* опрос
10	Туристский быт, привалы и биваки.	5	1	4	*Форма контроля: текущий контроль:* ПВД
11	Движение группы на маршруте. Техника движения и преодоление препятствий. Меры безопасности.	15		15	*Форма контроля: текущий контроль:* ПВД
12	Подведение итогов похода.	2	1	1	*Форма контроля : текущий контроль:* отчет о походе
13	Топография и ориентирование	10	5	5	*Форма контроля: текущий контроль:* топографический диктант, соревнования
14	Гигиена туриста. Первая помощь пострадавшему.	5	2	3	*Форма контроля: текущий контроль:* опрос, тестирование
15	Промежуточная аттестация	4	1	3	*Форма контроля: текущий контроль:* опрос, тестирование
	ИТОГО:	96	17	79	

Содержание учебного плана 1 год обучения (стартовый уровень сложности)

Вводное занятие

Форма контроля: входная диагностика: беседа

Теоретическое занятие

Беседа о туризме, о пользе туристских походов, о значении знаний, полученных ребятами. Инструкции по ТБ. Виды туризма. Разрядные требования по спортивному туризму и туристскому многоборью. Кодекс путешественника.

Практические занятия

Рассказы из жизни и походов школы туризма.
Показ фотографий, газет, слайд – фильма.
Заповеди туриста.
Заполнение анкет туристов.
Инструктаж по технике безопасности.

История развития туризма

Форма контроля: текущий контроль: викторина, опрос

Теоретические занятия

Организация туризма в России. Роль государства и органов образования в развитии детско-юношеского туризма. Понятие о спортивном туризме. Виды туризма. Туристские нормативы и значки «Юный турист России», «Турист России». Туристское многоборье. Слеты и соревнования.

Практические занятия

Встреча с ведущими спортсменами-туристами города.

Туристские возможности родного края.

Краеведческие наблюдения

Форма контроля: текущий контроль: игровая практика, тесты

Теоретические занятия

Географическое положение, рельеф. Полезные ископаемые, климат реки, водоемы, почва. Растительный и животный мир. Административное деление области. Население Тульской области. Транспортные магистрали. Промышленность. Литература о родном крае. Интересные места для проведения походов и экскурсий.

Практические занятия

Экскурсии прогулки и маршруты 1-2 походов по родному краю. Знакомство с краеведческими объектами (карьер, памятники, символ города). Проведение простейших краеведческих наблюдений: признаки устойчивой и ясной погоды, перемены еѐ на ненастную и наоборот. Предсказание погоды по местным признакам. Изучение растительного и животного мира. Охрана природы.

Специальная физическая и техническая подготовка

Форма контроля: текущий контроль: контрольные упражнения, нормативы

Теоретические занятия

Значение утренней гимнастики. Закаливание организма. Специальные упражнения для соответствующего вида туризма (туристское многоборье, пешеходный, лыжный туризм и др.). Сопутствующие виды спорта: легкая атлетика, гимнастика, лыжи, плавание.

Практические занятия

Упражнения: для рук, плечевого пояса; для мышц шеи; для туловища, для ног. Упражнения с сопротивлением. Упражнение со скакалкой, гантелями. Элементы акробатики. Подвижные игры и эстафеты. Спортивные игры.

Техническая подготовка

Форма контроля: текущий контроль: соревнования

Теоретическое занятие

Понятие о технике туристского многоборья, еѐ значение для достижения высоких результатов. Особенности технической подготовки туриста. Связь технической и тактической подготовки с будущим походом.

Разновидности технических этапов в пешеходном и лыжном туризме. Изучение понятий: технические этапы, полосы препятствий, (спуск (подъѐм) по склону с самостраховкой, траверс склона, страховка, само страховка, узлы и т.д.).

Практическое занятие

Изучение одного из основных приѐмов техники – вязка узлов. Их назначение применение.

Обучение преодолению технических этапов и специальных заданий. Установка палатки, разжигание костра, укладка рюкзака, преодоление заболоченного участка по кочкам; спуск, подъем по склону с использованием веревки; переправа по бревну с перилами; вязка узлов, Простейшие приемы и способы техники лыжного туризма. Овладение приемами, обеспечивающими безопасность. Участие в соревнованиях на дистанциях первого класса.

Простейшие приёмы и способы организации страховки. Работа с альпинистской верёвкой, страховочным поясом и карабином. Отработка приѐмов техники спуска и подъѐма.
Запомнить правило: *Подниматься трудно, а спускаться опасно;* траверса склона, переправы по бревну, навесной переправы, параллельным перилам, качающемуся бревну, другие технические приёмы. Соблюдение техники безопасности.

Туристские слеты и соревнования (туристское многоборье)
Форма контроля: текущий контроль: соревнования
Теоретические занятия
Цели, задачи и характер соревнований по туристскому многоборью. Задачи туристских слетов и соревнований. Общие вопросы подготовки и участия в соревнованиях. Правила соревнований. Виды туристских соревнований и особенности их проведения. Понятие о дистанции, этапах, зависимость их сложности от уровня подготовки участников. Участники соревнований, их права и обязанности. Возрастные группы.
Практические занятия
Показ соревнований через слайды, видео, фотоматериалы. Выступление в туристских соревнованиях в качестве участников, согласно календарному плану. Первенство города, соревнования среди обучающихся школы ит.д.

Основы туристской подготовки.
Организация туристского похода
Форма контроля: текущий контроль: заполнение маршрутных листов
Теоретическая подготовка
Определение цели похода комплектование туристической группы, распределение обязанностей
План подготовки похода. Изучение района похода. Подбор литературы и карт. Знакомство с отчетами о походах, путеводителем. Запросы в местные образовательные и другие учреждения, консультации.
Разработка нитки маршрута, составление плана - графика похода. Подготовка схемы маршрута. Подготовка и оформление маршрутной документации.

Практическая подготовка
Составление плана подготовки похода. Подготовка сообщений по теме и району похода. Составление плана – графика движения. Схемы маршрута. Оформление маршрутного листа.

Снаряжение туристской группы
Форма контроля: текущий контроль: тестирование, игровая практика
Теоретические занятия
Личное и групповое снаряжение. Основные требования к снаряжению: прочность, легкость, универсальность, удобство. Список личного снаряжения для 1-2 дневного похода, (летнего, зимнего), требования к нему. Групповое снаряжение. Типы палаток, походная посуда для приготовления пищи, топоры, пилы. Ремонтный набор.
Практические занятия
Составление списков личного и группового снаряжения с учетом погодных условий. Ознакомление с имеющимся снаряжением. Укладка рюкзака. Упаковка снаряжения. Уход за снаряжением. Подготовка снаряжения к походу.

Питание в походе
Форма контроля: текущий контроль: опрос
Теоретические занятия

Организация питания. Рацион питания. Составление меню. Набор продуктов. Подготовка, упаковка и хранение продуктов. Приготовление пищи. Использование ягод и грибов.
Практические занятия
Знакомство с суточным походным рационом питания на 1 человека.
Составление списка продуктов и меню на 1-2 дневной поход. Закупка продуктов. Приготовление пищи на костре.

Туристский быт. Привалы и бивак

Форма контроля: текущий контроль: ПВД
Теоретические занятия
Продолжительность и периодичность привалов в походе.
Выбор места для привала и бивака. Основные требования к месту привалов и биваков. Организация бивачных работ. Меры техники безопасности при заготовке дров и обращении с огнем. Охрана природы.
Практические занятия
Выбор места для привалов и бивака. Установка и снятие лагеря. Обучение пользованием топором и пилой. Разведение костров разных типов. Их назначение. Движение группы на маршруте. Техника движения и преодоления препятствий.

Движение группы на маршруте. Техника движения и преодоления препятствий. Меры безопасности

Форма контроля: текущий контроль: ПВД
Теоретические занятия
Порядок движения группы на маршруте. Нормы переходов. Строй. Темп. Режим движения. Интервал. Их изменения в зависимости от различных условий. Обязанности направляющего и замыкающего.
Виды естественных препятствий в пешеходном и лыжном туризме. Их характеристика и правила преодоления.
Движение по ровной и сильно пересеченной местности, движение по лесу, через кустарники, завалы, движение по заболоченной местности, движение по дорогам, тропам и без троп. Движение по склонам различной крутизны. Преодоление водных преград. Различные виды переправ.
Меры безопасности при преодолении естественных препятствий на маршруте: дисциплина, внимание, взаимовыручка, правильная оценка своих сил и умений. Организация самостраховки. Правила поведения: в лесу, на воде, на заболоченной местности, на склонах; во время грозы; в населенных пунктах и т.д.
Практические занятия
Отработка движения «гуськом». Отработка техники: движения по пересеченной местности, по тропам, дорогам. Преодоление водных преград (переправа по бревну с самостраховкой, вброд стенкой); склонов, подъемов с самостраховкой альпенштоком и т. д.

Подведение итогов похода

Форма контроля: текущий контроль: отчет о походе
Теоретические занятия
Ремонт и сдача снаряжения. Разбор похода. Обработка собранных материалов. Подготовка отчета. Творческие работы участников похода. Отчетный туристский вечер. Оформление спортивных разрядов по туризму.
Практические занятия
Составление паспорта (основных сведений о маршруте) и схемы маршрута. Выпуск фотогазет, изготовление фотографий. Выступления с интервью о походе в газете и т. д.

Оформление творческих работ участников похода с простейшими краеведческими наблюдениями за погодой, растительностью края и т.д. с таблицами, графиками, выводами.

Топография и ориентирование.

Форма контроля: текущий контроль: топографический диктант, соревнования

Теоретические занятия

Топографическая карта, ее назначение, отличие от географической. Условные знаки. Изображение рельефа. Формы рельефа. Масштабы: линейный и численный. Устройство компаса и пользование им. Ориентирование по карте, компасу, местным предметам. Нахождение на карте точки своего стояния.

Различные виды соревнований по ориентированию на местности.

Практические занятия

Зарисовка топографических знаков. « Путешествие по карте»- чтение карты по квадратам и маршрутам. Топографические игры, решение задач.

Определение сторон горизонта с помощью компаса, по местным признакам, небесным светилам «Большой медведице». Определение азимутов на местности.

Движение по азимуту. Нахождение точки своего стояния.

Участие в соревнованиях по ориентированию на местности «по выбору», «по маркированной трассе».

Гигиена туриста. Первая доврачебная помощь пострадавшему

Форма контроля: текущий контроль: опрос, тестирование

Теоретические занятия

Личная гигиена туриста. Умывание, купание, закаливание. Поддержание чистоты тела, ног. Предупреждение потертостей при ходьбе. Гигиенические требования к одежде, обуви, постели, посуде туриста. Обеззараживание воды. Питьевой режим.

Помощь при тепловом ударе, ожогах, утопающему, при желудочных и простудных заболеваниях, при различных травмах. Состав походной аптечки. Транспортировка пострадавшего.

Практические занятия

Показ приемов самоконтроля. Приемы оказания первой помощи и переноска пострадавшего. Изготовление носилок из подручных материалов. Комплектование походной аптечки.

Промежуточная аттестация

Форма контроля: текущий контроль: опрос, тестирование

Промежуточная аттестация проводится в середине и в конце учебного года. Во время проведения соревнований на дистанциях пешеходных и лыжных, участием в конкурсах по завязыванию туристских узлов, топографии и краеведению, на основании выполнения тактико-технических заданий и нормативов по общей и специальной физической подготовки.

Планируемые результаты

В конце 1 года обучения обучающийся должен знать:

- туристские возможности родного края, историю города и района;
- правила прохождения этапов дистанции по спортивному туризму в дисциплине «дистанция – пешеходная», применение штрафные баллов за неправильные действия на этапах, правильность подборки личного и группового снаряжения для похода, как пользоваться туристским снаряжением, разжигать костры, ставить палатки, укладывать рюкзак, упаковывать и транспортировать продукты, составлять меню, комплектацию походной аптечки, действия в случае потери ориентации в походе;
- меры безопасности во время участия в походах, на соревнованиях.

Должен уметь:

- надевать страховочную систему, вязать узлы, бухтовать верёвки, преодолевать естественные и искусственные препятствия на этапах;
- правильно использовать страховку и самостраховку на соревнованиях и в походах;

- комплектовать походную аптечку, применять лекарственные препараты, содержащиеся в аптечке, по назначению;
- различать стороны горизонта, ориентироваться по природным признакам, различать условные знаки спортивных и топографических карт, измерять расстояние шагами, работать с компасом;
- воспитывать волевые качества: целеустремленность, настойчивость и инициативу, ответственность, чувство бережного отношения к природе и соблюдения экологических требований.

Должен приобрести навыки:

- участия в соревнованиях 1-2 класса дистанции;
- совершенствования технического и тактического мастерства.

Учебный план 2 год обучения (стартовый уровень сложности)

№№	Наименование тем	Всего часов	В том числе		Форма контроля/аттестации
			теория	*прак-тика*	
1.	***Общая туристская подготовка***	***20***	***7***	***13***	*Форма контроля: вводный контроль:* топографический диктант. *Текущий контроль:* тестирование, беседа, устный опрос
1.1	Топография и ориентирование	10	5	5	
1.2	Туристское снаряжение	2		2	
1.3	Туристский быт и навыки	2		2	
1.4	Медико-санитарная подготовка	3	1	2	
1.5	Питание в туристском походе	3	1	2	
2	***Краеведение и экология***	***12***	***3***	***9***	*Форма контроля: текущий контроль:* беседа
2.1	Обзор туристских районов	2	2		
2.2	Правила поведения на природе	2	1	1	
2.3	Экскурсии	8		8	
3	**Обеспечение безопасности**	***4***	***4***		*Форма контроля: текущий контроль:* опрос, тестирование
3.1	Правила безопасности при занятиях спортом	2	2		

3.2	Правила безопасности в походах	2	2		
4	***Специальная подготовка***	***42***	***10***	***32***	*Форма контроля: текущий контроль:* соревнования, практические задания
4.1	Виды туристского многоборья	2		2	
4.2	Снаряжение для участия в соревнованиях по туристскому многоборью	2		2	
4.3	Технические этапы пешей и лыжной дистанции 2-3 -го классов	15	5	10	
4.4	Техника и тактика пешего туристского многоборья	20	5	15	
4.5	Организация страховки и самостраховки	3		3	
5.	***Общая и специальная физическая подготовка***	***24***	***2***	***22***	*Форма контроля: текущий контроль:* практические задания, выполнение контрольных нормативов
5.1	Врачебный контроль, самоконтроль.	3	2	1	
5.2	Общая физическая подготовка	10		10	
5.3	Специальная подготовка	11		11	
6.	***Туристские слеты и соревнования***	***14***		***14***	*Форма контроля: текущий контроль:* соревнования
6.1	Подготовка к соревнованиям	8		8	
6.2	Конкурсная программа соревнований	2		2	
6.3	Участие в соревнованиях	4		4	
7.	***Аттестация***	***4***	***2***	***2***	*Форма контроля: промежуточная и итоговая аттестация*
	ИТОГО:	120	28	92	

Содержание учебного плана 2 года обучения (стартовый уровень сложности)

Общая туристская подготовка

Топография и ориентирование
Форма контроля: вводный контроль: топографический диктант.
Текущий контроль: тестирование, устный опрос
Теоретические занятия
План и карта. Топографическая карта. Карта для спортивного ориентирования на местности. Масштаб карты. Виды масштабов. Условные знаки спортивных карт, Формы земной поверхности. Изображение неровностей на земной поверхности и на карте. Измерение расстояний по карте и на местности.
Правила обращения работы с компасом. Ориентирование карты и компаса.
Азимут истинный магнитный, обратный. Магнитное склонение.
Способы измерения расстояния по карте и на местности. Определение расстояния до недоступного объекта, ширины реки, оврага
Виды туристского ориентирования и их отличия. Участие в соревнованиях.
Практические занятия
Работа со спортивной картой, в кабинете и на местности. Упражнения по определению расстояния до недоступного объекта, ширины реки, оврага.

Туристское снаряжение
Форма контроля: текущий контроль: беседа
Теоретические занятия
Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень для участия в тренировочном и многодневном походе, требование к нему. Требования к личному снаряжению. Одежда и обувь для пешего и лыжного туризма и выходов в межсезонье. Предметы личной гигиены. Личная посуда туриста и требования к ней. Личный ремонтный набор и индивидуальная аптечка.
Групповое снаряжение для пешеходных и лыжных некатегорийнных многодневных походов, требование к нему. Типы палаток, преимущества и недостатки конструкции, весовых характеристик, вместимости и других параметров. Костровое снаряжение, кухонное снаряжение.
Практические занятия
Упаковка личного и группового снаряжения в рюкзак. Распределение группового снаряжения в группе. Подгонка личного снаряжения. Ремонт группового снаряжения. Установка палаток различной конструкции.

Туристский быт и навыки
Форма контроля: текущий контроль: беседа
Теоретические занятия
Установка палаток: двухскатной, типа «Зима», «волна», двухскатной подвесной. Размещение вещей в них. Предохранение палатки от намокания.
Типы костров. Правила разведения костра, работа с топором пилой при заготовке дров.
Практические занятия:
Установка палаток, развертывание и свертывания лагеря (бивака), разжигание костра.

Медико-санитарная подготовка
Форма контроля: текущий контроль: беседа, тестирование
Теоретические занятия
Профилактика травматизма и заболеваний в природной среде. Инфекционные заболевания в природной среде, причины их возникновения и механизм передачи.
Состав медицинской аптечки: перевязочные, дезинфицирующие и лекарственные средства, их характеристика, порядок, правила использования и применения.

Первая медицинская помощь при травмах. Виды повязок, правила их наложения. Характеристика различных видов кровотечения и их причины. Способы остановки кровотечения.
Переломы костей и их причины. Характеристика различных видов переломов. Оказание первой доврачебной помощи при переломах.
Правила и способы транспортировки пострадавшего.
Практические занятия
Оказание первой помощи условному пострадавшему (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи). Изготовление носилок из побочных материалов. Практика переноски пострадавшего на длительные расстояния с соблюдением мер безопасности.

Питание в туристском походе
Форма контроля: текущий контроль: беседа
Теоретические занятия
Значение, режим и особенности питания в многодневном походе. Порядок составления меню. График дежурств. Очистка и обеззараживание воды. Оборудование места для приема пищи. Прием и сдача дежурства. Обязанности завхоза. Изменение режима питания в зависимости от условий дневного перехода. Виды костров, применяемых для приготовления пищи. Техника безопасности у костра, с горячей пищей, при обращении с ножом, топором, пилой.
Практические занятия Составление меню и списка продуктов. Приготовление пищи на костре.

Краеведение и экология

Обзор туристских районов
Форма контроля: текущий контроль: беседа
Теоретические занятия
Тульская область, туристические возможности и особенности родного края. Примеры маршрутов 1-2 дневных походов. Моя семья, мое село. Наблюдения за природными явлениями, изучение животного и растительного мира.
Метеорологические наблюдения, местные признаки изменения погоды.

Правила поведения на природе *Обучающиеся должны знать правила поведения на природе.*
Правила поведения при пользовании водоисточниками, при нахождении в природном окружении, при сборе грибов, ягод, плодов и др. Обращение с дикими животными, птицами, насекомыми и др. Основы экологического сознания.

Экскурсии.

Обеспечение безопасности

Правила безопасности при занятиях спортом
Форма контроля: текущий контроль: опрос, тестирование
Теоретические занятия
Предстартовая проверка снаряжения. Права и обязанности судьи по безопасности на туристских соревнованиях. Основные правила безопасности при планировании и проведении соревнований по ориентированию на местности и туризму. Соблюдение требований безопасности при выполнении различных видов физических упражнений. Требования безопасности при использовании различных спортивных снарядов, туристского снаряжения. Необходимость строгого соблюдения контрольного времени при нахождении на дистанциях соревнований.
Практические занятия
Ознакомление с правилами соблюдения безопасности при движении по дистанции соревнований, на технических этапах, этапах ориентирования, при работе на склонах, в опасных местах.

Правила безопасности в походах
Форма контроля: текущий контроль: опрос, тестирование
Теоретические занятия
Правила соблюдения безопасности в спорте и туризме. Ответственность руководителя и участников за нарушение правил безопасности в походе. Правила поведения туристов-спортсменов. Правила обращения с огнем, легковоспламеняющимися жидкостями и предметами. Обеспечение безопасности при планировании похода (сборов) и подготовке к походу (сборам). Основные объективные и субъективные причины нарушения правил безопасности. Соблюдение безопасности при заготовке, разделке (распилке) дров, обращение с колюще-режущими предметами.
Практические занятия
Соблюдение правил разведение костров, пользование кемпинг-газом. Соблюдение правил безопасности при работе с пилой, заготовке дров для костра.

Специальная подготовка

Виды туристского многоборья
Форма контроля: текущий контроль: соревнования, практические задания
Теоретические занятия
Цели, задачи и характер соревнований по туристскому многоборью. Классификация по масштабам, классам дистанции и рангу. Виды спортивных соревнований по туристскому многоборью. Соревнования личные, лично-командные и командные. Дистанция по технике туризма: короткая и длинная. Полоса препятствий. Эстафеты.
Соревнования по поисково-спасательным работам. Контрольно-туристский маршрут. Положение о соревнованиях. Условия соревнований. Основные принципы определения результатов соревнований.
Узлы, применяемые в туризме. Назначение, свойства и применение узлов (по ситуациям). Работа с карабинами.
Практические занятия
Вязка узлов, крепление веревки на опоре в зависимости от назначения. Работа с карабинами. Формирование навыков работы команды с технической информацией по дистанции и условиям соревнований.

Снаряжение для участия в соревнованиях по туристскому многоборью
Форма контроля: текущий контроль: практические задания
Теоретические занятия
Специфические требования к личному снаряжению туриста спортсмена. Требования к обуви и одежде. Страховочные системы: их виды устройство и требование к ним. Специальное оборудование и снарояж6ения для занятий туристским многоборьем: карабины, веревки, каска рукавицы и пр. Командное снаряжение для дистанций туристского многоборья и требование к нему. Хранение и использование снаряжения. Уход за ним.
Практические занятия
Регулировка спортсменами страховочной системы, навыки использования рукавиц, навыки работы с различными типами карабинов. Маркировка веревки до старта и после финиша.

Технические этапы пешеходной и лыжной дистанции 2-го и 3-го классов
Форма контроля: текущий контроль: практические задания, соревнования
Теоретические занятия

Технические этапы пешей дистанции 2-го и 3-го классов: характеристика и параметры препятствий (этапов) и способы их преодоления (прохождения). Оборудование дистанции. Разметка дистанции, этапов. Границы этапов, контрольные линии.
Практические занятия
Личное прохождение этапов, прохождение в связке и в команде. Отработка умений и навыков работы этапов дистанций. Учебно-тренировочные соревнования для отработки отдельных умений и навыков.

Техника и тактика пешего туристского многоборья
Форма контроля: текущий контроль: практические задания
Теоретические занятия
Организация работы команды на технических этапах дистанций по технике пешеходного и лыжного туризма, контрольно-туристского маршрута. Тактика личного прохождения различных этапов. Тактика работы на технических этапах в связке. Тактика сквозного прохождения дистанции и работы всей команды на всех этапах. Взаимодействие всей команды на дистанции, роль лидера, капитана и замыкающего участника, взаимозаменяемость, взаимовыручка и взаимопомощь при работе.
Практические занятия
Рисовка схем этапов по техническим параметрам и планирование способов их прохождения. Прохождение различных технических этапов по различным тактическим схемам. Отработка навыков работы на дистанциях по заранее разработанным тактическим схемам.
Организация страховки и самостраховки
Форма контроля: текущий контроль: практические задания
Теоретические занятия
Организация командной страховки. Понятия «страхующий», и «страхуемый». Переход от страховки к самостраховке. Индивидуальная страховочная система, требования безопасности, индивидуальная регулировка и уход. Блокировка системы, усы самостраховки и требования к ним. Прусик для самостраховки на вертикальных перилах. Безопасность при организации страховки, самостраховки. Организация страховки в опасной и безопасной зоне. Страховка первого участника при преодолении водной преграды, оврага, движении по тонкому льду, переправе по бревну.
Практические занятия
Формирование навыков по организации страховки и самостраховки. Маркировка веревки. Организация и осуществление страховки при работе на различных технических этапах. Обучение различным вариантам страховки. Отработка навыков переправы первого участника на различных этапах и различных тактических вариантах.

Общая и специальная физическая подготовка
Врачебный контроль, самоконтроль
Форма контроля: текущий контроль: практические задания, выполнение контрольных нормативов
Теоретические занятия
Значение и содержание врачебного контроля при занятиях спортом. Порядок осуществления врачебного контроля. Понятие о «спортивной форме», утомлении, перетренировке.
Общая физическая подготовка
Теоретические занятия
Значение утренней гимнастики. Закаливание организма. Специальные упражнения для соответствующего вида туризма (туристское многоборье, пешеходный, лыжный туризм и др.). Сопутствующие виды спорта: легкая атлетика, гимнастика, лыжи, плавание.
Практические занятия

Игра в футбол, пионербол. Проведение эстафет, подвижных игр. Специальные силовые упражнения.
Общеразвивающие упражнения для рук, плечевого пояса, туловища и ног. Упражнения с сопротивлением и отягощениями в тренажерном зале и собственном весом (подтягивание, отжимание, приседание).

Специальная подготовка туриста
Форма контроля: текущий контроль: практические задания, выполнение контрольных нормативов
Теоретические занятия
Роль и значение специальной физической подготовки для роста мастерства туристов. Характеристика и методика развития физических и специальных качеств, необходимых туристу: выносливость, быстроты, ловкости, гибкости, силы. Привыкание к нагрузке: постепенность, систематичность, использование разнообразных средств для этого.
Практические занятия
Упражнения и игры на развитие выносливости, быстроты; для развития силы, гибкости, на растягивание и расслабление мышц. Упражнения на стенках по развитию координации движений, увеличению подвижности суставов. Лазанье по вертикальной стенке. Спуск «дюльфером».

Туристские слеты и соревнования

Подготовка к соревнованиям
Форма контроля: текущий контроль: соревнования
Теоретические занятия
Изучение положений о соревнованиях и условий проведения. Подготовка одежды и снаряжения к соревнованиям. Прохождение медицинского осмотра. *Практические занятия* Отработка прохождения технических этапов.
Конкурсная программа соревнований
Подготовка к конкурсной программе соревнований. Представление команды.
Участие в соревнованиях
Теоретические занятия Цели, задачи и характер соревнований по туристскому многоборью.
Практические занятия
Участие в соревнованиях и слетах по спортивному туризму на дистанциях 2-го и 3-го классов, в городских, областных, региональных. Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.
Аттестация (промежуточная и итоговая)
Форма контроля: промежуточная и итоговая аттестация - соревнования
Промежуточная аттестация проводится в середине учебного года, итоговая аттестация - в апреле-мае. Во время проведения соревнований на дистанциях пешеходных и лыжных, на основании выполнения тактико-технических заданий и нормативов по общей и специальной физической подготовке.

Планируемый результат освоения
2 года обучения

Обучающийся должен знать
- назначение спортивной карты, способы определения ширины реки, оврага,
- перечень снаряжения для участия в тренировочном походе,
- правила поведения оказывающего первую медицинскую помощь,
- средства оказания первой медицинской помощи,
- правила поведения на природе,

-цели, задачи и характер соревнований по туристскому многоборью, узлы, применяемые в туризме их назначение и свойства и применение,

-тактику т технику личного и командного прохождения различных этапов,

- основные приемы организации страховки и самостраховки -роль и значение специальной физической подготовки туриста,

-правила и условия проведения соревнований.

Должен уметь

- «читать» спортивную карту, определять расстояние по карте и на местности, до недоступного объекта,

-ставить палатки различных конструкций укладывать рюкзак,

-оказать первую доврачебную помощь при различных видах травм и кровотечений,

-составить меню для похода,

-вязать узлы, пользоваться карабинами.

-правильно использовать специальное снаряжение и ухаживать за ним,

-преодолевать технические этапы дистанции 1-го и 2-го классов,

- выполнять нормативы по физической подготовке,

- совершенствовать физические навыки в соревновательных условиях,

-участвовать в соревнованиях районного уровня.

Личностные качества:

- чувство коллективизма;
- чувство взаимопомощи;

-бережное отношение к окружающей среде;

- целеустремленность;

-волевые качества

Комплекс организационно – педагогических условий

Календарный учебный график **(***Приложение №1*).

Учебно – воспитательный процесс обеспечивает педагог дополнительного образования, имеющий высшее образование, направленность (профиль) которого соответствует направленности (профилю) дополнительной общеразвивающей программы, осваиваемой обучающимися.

Он осуществляет организацию деятельности обучающихся по усвоению знаний, формированию умений и компетенций; созданию педагогических условий для формирования и развития творческих способностей, удовлетворению потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, укреплению здоровья, организации свободного времени, профессиональной ориентации; обеспечению достижения обучающимися нормативно установленных результатов освоения дополнительной общеразвивающей программы. Отвечает требованиям Профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации 5 мая 2018г. №298н.

Важным условием реализации дополнительной общеразвивающей программы является достаточный уровень материально-технического обеспечения.

Условия реализации программы

Программа может быть реализована педагогом дополнительного образования, имеющим необходимую педагогическую и туристско-спортивную подготовку (средняя тур. подготовка).

Основу учебно-материальной базы составляют: учебный класс, *оборудованный стендами, отображающими тематику программы*, библиотекой учебно-методической литературы; спортзал, оборудованный для возможного наведения технических этапов, инвентарь и снаряжение индивидуального и группового характера (таблицы 1,2).

Учебно-материальная база

Таблица 1.

ИНДИВИДУАЛЬНОЕ СНАРЯЖЕНИЕ.			
№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ	Ед. изм-я	Кол-во
1.	Обувь (кроссовки, кеды, ботинки на подошве «Вибрам», сапоги резиновые).	Пар.	3
2.	Носки простые и шерстяные.	Пар.	4
3.	Теплое нижнее бельё.	Шт.	1
4.	Штормовой, ветровочный костюм.	Шт.	1
5.	Куртка тёплая.	Шт.	1
6.	Шапка тёплая	Шт.	1
7.	Рукавички или перчатки тёплые.	Пар.	1
8.	Рукавицы брезентовые.	Пар.	1
9.	Свитер тёплый.	Шт.	1
10.	Накидка от дождя.	Шт.	2
11.	Набор личной посуды (кружка, миска, ложка, нож).	Комп.	1
12.	Рюкзак.	Шт.	1
13.	Страховочная система.	Комп.	1
14.	Индивид. пакет (спички, бинт, 2 табл. обезболивающее в непромокаемом пакете.)	Комп.	1
15.	Карабин с муфтой.	Шт.	4
16.	Блокировка д-10мм, 5м.	Шт.	1
17.	Кольцо репшнур д-6мм.	Шт.	2
18.	Каска.	Шт.	1
19.	Приспособление для спуска, по вертикальным перилам (восьмёрка).	Шт.	1
20.	Приспособление для подъёма по вертик. перилам (жумар, кроль).	Шт.	1
21.	Фонарь электрический.	Шт.	1
22.	Запасные батарейки	Шт.	2
23.	Компас.	Шт.	1
24.	Лыжи беговые или туристские. Палки.	Пара.	1
25.	Мешок непромокаемый для личных вещей.	Шт.	1

Таблица 2.

ГРУППОВОЕ СНАРЯЖЕНИЕ.			
№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ	Ед. изм-я	Кол-во
1.	Котлы.	Шт.	2 л / чел.
2.	Топор.	Шт.	3
3.	Нож.	Шт.	3
4.	Часы ручные механические.	Шт.	4
5.	Свечи стеариновые.	Шт.	4-6
6.	Сухой спирт.	Табл.	2 упак.

7.	Фляга для воды 1,5-2л.	Шт.	1 на 3-х человек
8.	Палатка 4-6 местная с непромокаемым тентом.	Шт.	3 на гр. 15 чел.
9.	Блокнот, ручка, линейка.	Комп.	1 комп.на5ч
10.	Верёвка основная диаметром 10мм, 40м.	Шт.	3 шт. на 7 чел.
11.	Верёвка основная д-12мм, 40м.	Шт.	2
12.	Карабин с муфтой.	Шт.	20
13.	Система для транспортировки пострадавшего.	Шт.	3
14.	Блок ролики.	Шт.	6
15.	Петли двойные, д-10мм, 3-5м.	Шт.	8
16.	Полотно для изготовления носилок.	Шт.	3
17.	Медицинская аптечка.	Комп.	1 на 8 чел.
18.	Ремонтный набор.	Комп.	1
19.	Спальники.	Шт.	1 на обуч-ся.
20.	Коврики.	Шт.	1 на обуч-ся.
21.	Костровые принадлежности (троссик и т.д.) из металла.	Комп.	Комплект.
23.	Картографический материал.	Комп.	Комплект.
26.	Пила двуручная.	Шт.	2

Методическое обеспечение программы

Программа может быть реализована при наличии следующих организационно-педагогических условий:

- наличие в образовательной организации (ОО) педагога с соответствующим уровнем квалификации;
- наличие детей, заинтересованных в освоении данной программы и родителей, поддерживающих этот интерес.

Методы формирования у обучающихся знаний, умений и навыков обусловлены планируемыми результатами освоения данной программы и трехгодичным сроком ее реализации.

Как отмечено в пояснительной записке, занятия с детьми предполагается проводить со всей группой обучающихся одновременно в виде теоретических и практических занятий в помещении и на местности.

Теоретические знания сообщаются детям в виде бесед, мини-лекций, а также в ходе практических занятий. Такой подход к организации занятий представляется оптимальным для решения педагогических задач по стимулированию интереса детей к туристско-краеведческой деятельности, развития у них самостоятельности, инициативности, исполнительности, творчества.

Практические занятия целесообразно проводить в виде коллективного обсуждения конкретной задачи по подготовке к конкретному виду деятельности.

Кроме того, целесообразно предусмотреть выполнение упражнений, направленных на закрепление определенных знаний, умений и навыков, а также контрольных заданий, тестов, игр, которые могут быть разработаны педагогом или заимствованы из соответствующих источников, а также на электронных образовательных ресурсах (ЭОР).

Для оценивания результатов реализации программы в ходе освоения программы предусмотрены промежуточная и итоговая аттестация обучающихся.

Описание основных методов и форм организации учебно-воспитательного процесса.

Основная форма работы с обучающимися – групповые занятия, на которых обучающиеся получают теоретические знания и практические навыки. В процессе обучения используются различные методы подачи информации. Выбор метода зависит от содержания занятий, уровня подготовки и опыта обучающихся. Объяснение характеризуется лаконичностью и чѐткостью изложения материала.

Рассказ применяется педагогом в основном для сообщения новых знаний, должен быть ярким и образным для большей доступности восприятию ребѐнка.

Беседа имеет целью приобретение новых знаний и закрепление их путѐм устного обмена мнения педагога и обучающихся.

Мини-лекция способствует активизации мышления обучающихся, обсуждению учебного материала, установлению связей между теорией и практикой.

Занятие-показ имеет целью наглядно показать разнообразие и местонахождение природных, культовых и других урочищ, а также основные этапы работы с краеведческим материалом.

Открытое занятие – это проведение занятия с участием научных сотрудников разных институтов, сотрудников тематических музеев и других специалистов. Их выступления с сообщениями, докладами, презентациями по различным направлениям краеведения.

Занятие-просмотр знакомит воспитанников с фото и видео-материалами, поиска и сбора краеведческого материала, различных музейных экспозиций.

Формы занятий – коллективные, групповые и индивидуальные.

Формы аттестации/контроля:

Входная диагностика проводится в начале 1-го года обучения с целью определения уровня подготовки обучающихся: беседа, педагогическое наблюдение.

Вводный контроль проводится в начале учебного года в различных формах с целью определения уровня подготовки обучающихся: опрос, собеседование, анкетирование.

Формы текущего контроля разнообразны: наблюдение, опрос, анализ, педнаблюдение, конкурсы.

Цель текущего контроля успеваемости обучающихся – установление фактического уровня теоретических знаний и практических умений по темам (разделам) дополнительной общеразвивающей программы.

Формы промежуточной аттестации определяются педагогом дополнительного образования и предусматривают: самостоятельно выполненная практическая работа, представление этапа подготовки индивидуального творческого проекта, соревнования.

Промежуточная аттестация проводится по дополнительной общеразвивающей программе не менее 2-х раз в год (примерно, 25 декабря, 25 апреля).

Результаты промежуточной и итоговой аттестации заносятся в протокол промежуточной и итоговой аттестации. При проведении промежуточной аттестации учитываются результаты участия обучающихся в соревнованиях, в конкурсных мероприятиях различного уровня.

Формы итоговой аттестации. К итоговой аттестации допускаются обучающиеся в возрасте от 12 лет, освоившие дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу в полном объеме, успешно прошедшие промежуточную аттестацию на всех этапах обучения. Итоговая аттестация проводится в форме защиты выпускной итоговой работы (творческого проекта). Допускается разработка выпускной итоговой работы (творческого проекта) группой обучающихся. Выпускная итоговая работа (творческий проект) может носить метапредметный характер, в случае итоговой

аттестации, завершающей освоение одним обучающимся нескольких дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ. Результаты итоговой аттестации фиксируются в протоколах аттестационной комиссии.

Кроме того, система оценки результатов обучения по программе предусматривает использование социологических методов и приемов: анкетирование родителей, обучающихся и анализ анкет, интервьюирование обучающихся.

Оценочные материалы:

- опросник
- тесты

Система оценочных материалов позволяет контролировать результат обучения, воспитания, развития обучающихся.

При реализации данной программы применяются разнообразные формы и методы работы.

Методы:

1. Словесные методы: лекция с элементами презентации, беседа, работа с Регламентом, Положениями по соревнованиям.
2. Наглядные методы: использование оборудования спортивной площадки, спортивных залов; просмотр фотографий, видеофильмов, карт, схем, плакатов, макетов.
3. Практические методы: спортивные тренировки, тренировки на полигонах, соревнования, походы, зачетные занятия. Для эффективного усвоения учебного материала практическую деятельность следует проводить на местности в форме соревнований, походов.
4. Методы контроля: теоретические и практические зачеты, тестирование.

Формы: практические занятия, беседы, экскурсии, игры, эстафеты, спортивные тренировки, тестирование, соревнования, походы.

Теоретические и практические занятия должны проводиться с привлечением наглядных материалов, технических средств и специального туристского снаряжения.

Критерии оценки знаний, умений, навыков обучающихся

Промежуточная и итоговая аттестация обучающихся.

На основании итогов обучающиеся распределяются по уровню освоения дополнительных общеразвивающих программ на три уровня: высокий, средний, низкий.

По результатам спортивных мероприятий: высокий (победители, призеры, а также не ниже 10 места на выездных соревнованиях различного уровня), средний (участники выездных соревнований различного уровня), низкий (участники внутри коллективных соревнований).

По результатам теоретической проверки (тесты, задания на карточках): высокий (более 80 % правильных ответов), средний (50 – 80 % правильных ответов), низкий (менее 50 % правильных ответов).

По результатам оценки практических навыков: высокий (самостоятельное выполнение практического задания), средний (выполнение практического задания с подсказками, помощью), низкий (неполное выполнение практического задания).

Распределение по уровню возможно по одному из видов контроля усвоения программы.

Способы проверки и диагностики, используемые для проверки полученных знаний, умений и навыков.

Способы проверки ожидаемых результатов могут варьироваться, исходя из уровня развития детей и их познавательных возможностей

1. **Анкетирование** – при наборе новичков или в начале учебного года.
2. **Наблюдение** – наиболее применимо в походах, лагерях.

3. **Совместное обсуждение результатов** – проводится под контролем педагога или в группе обучающихся.
4. **Обсуждение типовых ситуаций** – применяется в блоках: «Первая медицинская помощь», «Техника безопасности», «Туризм».
5. **Собеседование**.
6. **Опрос**.
7. **Контрольное задание**

Учебно-методический комплекс

1. Учебные пособия:

- справочная литература по проблемам детско-юношеского туризма;
- периодические издания: научно-методический журнал «Вестник академии детско-юношеского туризма и краеведения», журнал «Дополнительное образование и воспитание» и т. д.;
- видеоматериалы: «Красная книга Тульской области».

2. Дидактический материал

1.Карточки с топографическими знаками - 30 шт.

2. Туристская карта Тульской области. Карта административного деления Тульской области.
3. Топографические карты.
4. Мультимедийные презентации туристских маршрутов.
5. Фильмы о походах.
6. Фото и видео отчёты о походах, экскурсиях.

Информационное обеспечение программы

Карточка дополнительной общеразвивающей программы «Вертикаль» размещена в АИС «Навигатор дополнительного образования детей области», дополнительная общеразвивающая программа «Вертикаль» - на официальном сайте учреждения в разделе «Сведения об образовательной организации. Образование» https://тоцдод.рф/образование/

Список электронных образовательных ресурсов

1 URL:http://dopedu.ru (20.05.23)
2 URL:www.pedsovet.org (20.05.23)
3 URL:www.uchportal.ru (15.04.23)
4 URL:http://dopedu.ru (25.04.23)
5 URL:www.school-russia.prosv.ru (23.04.23)
6 URL: www.ed.gov.ru (28.01.23)
7 URL: http://www.edu.ru/ (09.04.23)

Электронные источники:

1. URL:http://dopedu.ru (29.04.23)
2. URL:www.pedsovet.org (24.04.23)
3. URL:www.uchportal.ru (13.04.23)
4. URL:http://dopedu.ru (19.01.23)
5. URL:www.school-russia.prosv.ru (19.04.23)
6. URL: www.ed.gov.ru (28.04.23)
7. URL: http://www.edu.ru/ (09.04.23)

Список литературы

Для педагога

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 О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации и признании утратившей силу части 3 статьи 3 Федерального закона «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в связи с принятием Федерального закона «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» : Федеральный закон от 28.12.2022 № 568-ФЗ // Российская газета. – 2022. – 30дек.

3 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. – URL: https://docs.cntd.ru/document/420219217 (дата обращения: 09.04.2023)

4 Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года : распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р // Российская газета. – 2015. – 8 июня.

5 Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам : приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 // Консорциум КОДЕКС : электронный фонд правовых и нормативно технических документов. – Москва, 2023. – URL: http://pravo.gov.ru - https://docs.cntd.ru/document/551785916 (дата обращения: 09.04.2023)

6 Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей : приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 (в ред. от 02.02.2021) // Консорциум КОДЕКС : электронный фонд правовых и нормативно технических документов. – Москва, 2021. – URL: https://docs.cntd.ru/document/561232576 (дата обращения: 11.04.2023)

7 Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ : приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 // Официальный интернет – портал правовой информации. - Москва, 2017. - URL: http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001201709200016 (дата обращения: 09.04.2023)

8 Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» : приказ Минтруда России от 22.09.2021 № 652н // Консорциум КОДЕКС : электронный фонд правовых и нормативно технических документов. – Москва, 2023. – URL: https://docs.cntd.ru/document/726730634 (дата обращения: 09.04.2023)

9 Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) : письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 // КОДИФИКАЦИЯ.РФ : [сайт]. – Москва, 2022. - URL: https://rulaws.ru/acts/Pismo-Minobrnauki-Rossii-ot-18.11.2015-N-09-3242/ (дата обращения: 09.04.2023)

10 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. – URL: http://pravo.gov.ru/proxy/ips//?docbody=&prevDoc=602107773&backlink=1&&nd=102955243 (дата обращения: 09.04.2023)
11 СанПиН 1.2.3685-21 Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания : утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 // Официальный интернет-портал правовой информации. - Москва, 2021.- URL: http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202102030022 (дата обращения: 09.04.2023)
12 Устав государственного образовательного учреждения дополнительного образования Тульской области «Центр дополнительного образования детей» (новая редакция): принят общим собранием работников ГОУ ДО ТО «ЦДОД» 18.06.2021 г. – Тула, 2021. – 33 с. – Электронная копия документа доступна на сайте ГОУ ДО ТО "ЦДОД". - URL: https://xn--d1aa2abrz.xn--p1ai/wp-content/uploads/2021/10/%D1%83%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%B2-%D0%93%D0%9E%D0%A3-%D0%94%D0%9E-%D0%A2%D0%9E-%D0%A6%D0%94%D0%9E%D0%94- -2021.pdf (дата обращения: 11.04.2023)
13 Пути повышения доступности дополнительного образования детей в системе образования региона : методические рекомендации /Министерство образования Тульской области, ГОУ ДО ТО « Центр дополнительного образования детей», региональный модельный центр дополнительного образования Тульской области ; сост. : Е. В. Смирнова, Л. Б.Лунина. – Тула, 2023. - 22 с.
14 Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ : приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации № 882 ; Министерства просвещения Российской Федерации № 391 от 05.08.2020 (ред. от 22.02.2023) // Консорциум КОДЕКС : электронный фонд правовых и нормативно-технических документов. – Москва, 2023. – URL: https://docs.cntd.ru/document/565696194 (дата обращения: 11.04.2023)
15 Евладова, Е.Б. Дополнительное образование детей: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования./Е.Б. Евладова, Л.Г. Логинова, Н.Н. Михайлова-М.:Гуман. изд. центр ВЛАДОС,2002.352 с.
16 Константинов Ю.С., «Туристские соревнования обучающихся» - М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2000.
17 Кошельков С.А., «Обеспечение безопасности при проведении слетов и туристских соревнований обучающихся» - М.: ЦДЮТ МО РФ,1997.
18 Константинов Ю. С. Программа «Туристы-проводники» - М.: ЦДЮТК МО РФ, 2000 г.
19 Штюрмер Ю.А. «Опасности в туризме, действительные и мнимые» - М.: «ФиС», 1972.
20 Истомин, П. И. Туристская деятельность школьников: Вопросы теории и методики. / П. И. Истомин – М.: Педагогика, 1987. – 96 с.

21 Концепция воспитания учащейся молодежи. // Сов. Педагогика, 1992. – № 3 – с. 3 – 15.
22 Кудинов, Б.Ф.Из истории развития туризма./Б.Ф. Кудинов.-М., 1986 г.
23 Курилова, В. И. Туризм: Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов по спец. № 2114 «Физ. воспитание» и № 2115 «Нач. воен. обучение и физ. воспитание». / В. И. Курилова. – М.: Просвещение, 1988. – 224 с.: ил.
24 Остапец, А.А. Педагогика туристско-краеведческой работы в школе./А.А. Остапец. – М.: Педагогика, 1985г. – 104 с.
25 Сергеев, В.Н. Туризм и здоровье./ В.Н. Сергеев. – М.: Профиздат, 1987. – 80 с.
26 Симаков, В.И. Туристские походы выходного дня./ В.И. Симаков. – М.: Советская Россия, 1984. – 128 с., ил.
27 Туристско-краеведческие кружки в школе: Метод. указания для руководителей / И.А. Верба, Я.Б. Радищев и др.; под ред. В.В. Титова. – М.: Просвещение, 1988. – 160 с.: ил.

Для обучающихся и родителей:

1. Антропов К., Расторгуев М. «Узлы» - М.: ЦДЮТур МО РФ,1994.
2. Гонопольский В.И. «Туризм и спортивное ориентирование». Учебник.-М.: «ФиС»,1987.
3. Коструб А.А. «Медицинский справочник туриста» - М.: «Профиздат»,1987
4. Нурмиа В., «Спортивное ориентирование» - М.: «ФиС»,1967.
5. Рыжавский Г.А. «Биваки» - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995.
6. «Энциклопедия туриста», М., Большая Российская энциклопедия, 1993.
7. Штюрмер, Ю.А. Охрана природы и туризм./ Ю.А. Штюрмер. – М.: Физкультура и спорт, 1974. – 104 с.

Прошнуровано, пронумеровано и
скреплено печатью
_____8_____ листов
(_восемь_____ листов)
Директор ГОУ ДО ТО «ИДОД»
_____ Ю.В.Грошев

ГОУ ДО ТО
«ИДОД»