

ГБУ ДО «МОЛОДЕЖНЫЙ ТВОРЧЕСКИЙ ФОРУМ КИТЕЖ ПЛЮС»

ПРИНЯТО  
на педагогическом совете  
ГБУ ДО  
«Молодежный творческий Форум  
Китеж плюс»  
Протокол № 1  
От «30» 08 2021 г



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБУ ДО  
«Молодежный творческий Форум Китеж плюс»  
Кендыш И.А.  
Приказ № 1390-р  
от «01» 09 2021 г

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

**« НАЧАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА »**

Возраст учащихся – 6 – 9 лет.

Срок реализации – 3 года.

Разработчик:  
педагог дополнительного образования:  
Ильиных Роман Владимирович

Санкт-Петербург  
2021

## Пояснительная записка

**Направленность** - туристско-краеведческая.

**Актуальность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы (далее – Программа).**

С каждым годом всё более популярным становится туризм, как форма активного отдыха, воспитания и оздоровления учащихся.

Прививать культуру здорового образа жизни, воспитывать потребность в занятиях физкультурой и спортом необходимо с раннего детства. Туристско-краеведческая деятельность является одной из самых доступных и эффективных форм интерактивного развития ребёнка. Туристские занятия, походы, экскурсии, правильно подготовленные и хорошо проведённые, благотворно влияют на здоровье, на формирование личности учащихся.

Туристические походы сочетают в себе активный здоровый отдых. Наибольшую пользу здоровью приносят такие виды туризма, в которых используются активные средства передвижения – это пешие и водные походы. Туристические походы способствуют улучшению деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной системы, повышению сопротивляемости организма к заболеваниям, укреплению мускулатуры. Пребывание на свежем воздухе, воздействие солнца и дозирование физических нагрузок, а также разнообразие впечатлений во время похода и путешествия нормализуют деятельность центральной нервной системы, восстанавливают силы, повышают работоспособность. Хорошая физическая подготовка является базой для туристской подготовки.

### **Отличительная особенность**

Программа ориентирована на обучение учащихся первоначальным навыкам в спортивном туризме с практическим выходом на соревнования по спортивному туризму, выходом в однодневные походы. В разработке занятий учитываются возрастные и психологические особенности младших школьников.

В Программу включены темы, решающие задачи получения начальных теоретических знаний и практических навыков в области фотографического мастерства. Подробный сбор и обработка информации о походе, в том числе фотоматериалы, помогают качественно оформить отчет о походе, способствуют пропаганде туризма.

Программа предполагает экскурсии, походы, участие в соревнованиях. Летняя экспедиция является завершением Программы на учебный год и проходят в рамках летней оздоровительной компании.

### **Адресат Программы.**

Учащиеся в возрасте от 6 до 9 лет.

### **Цель и задачи Программы.**

**Цель Программы:** формирование у учащихся простейших туристских навыков и знаний по пешеходному и водному туризму, здорового образа жизни, используя средства туристско-краеведческой деятельности.

### **Задачи:**

#### **Обучающие:**

- Обучить умениям и навыкам туристического мастерства пешеходного туризма.
- Познакомить с основами понятия о здоровом образе жизни.
- Познакомить с основными правилами техники безопасности и применением их на практике.
- дать первоначальные навыки участия в соревнованиях.
- Обучить основам оказания первой помощи.
- Обучить правилам поведения на воде и возле воды, до и во время сплава

#### **Воспитательные:**

- Формировать чувство коллективизма, коммуникативные качества, умения взаимодействовать в коллективе.

- Воспитать учащихся с собственным мнением и самостоятельным взглядом на жизнь.
- Способствовать формированию бережного отношения к природе.

**Развивающие:**

- Развить интерес к занятиям туризмом.
- Развить силу, выносливость, координацию движений в соответствии с их возрастными и физическими возможностями учащихся.
- Развить физическую и психическую выносливость.

**Условия реализации Программы.**

Принимаются все желающие. Допускается дополнительный набор учащихся на второй и третий годы обучения по результатам собеседования. Реализация программы предполагает групповые, подгрупповые, индивидуальные занятия регулярные выезды, походы, участие в соревнованиях, в летней оздоровительной кампании в период летних каникул. Необходим допуск врача на участие в выездах, соревнованиях и походах. В процессе реализации программы предусматривается возможность применения электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

**Комплектование групп:**

- 1 год обучения – не менее 15 человек;
- 2 год обучения – не менее 12 человек;
- 3 год обучения – не менее 10 человек.

Группы формируются с учётом уровня подготовленности.

Программу ведут педагоги дополнительного образования, имеющие квалификацию «Инструктор детско-юношеского туризма» и опыт руководства походами I и II категории сложности.

**Для успешной реализации Программы в материально-техническом обеспечении необходимо наличие:**

Занятия проводятся в кабинете с мультимедийным проектором, отдельные занятия могут проводиться в спортивном зале, на стадионе, на выездах.

| наименование                                | количество |
|---|------------|
| веревка 50 метров(6 мм)                     | 1 шт       |
| веревка 60 метров (8-9 мм)                  | 1 шт       |
| веревка по 30-40 метров (основная, 10-11мм) | 4шт        |
| Страховочные системы (верх-низ)             | 15 шт      |
| Блоки для натягивания                       | 2шт        |
| Тонкая бечевка 3-4мм, 30метров              | 1 шт       |
| GPS- навигаторы                             | 10 шт      |
| Мини-рации                                  | 6 шт       |
| Секундомеры                                 | 3 шт       |
| Планшеты для записей результатов            | 6 шт       |
| Рукавицы или перчатки строительные          | 15 пар     |
| Каски                                       | 15 шт      |
| Карабины                                    | 30 шт      |
| Компасы                                     | 3 шт       |
| Рюкзаки                                     | 15 шт      |

|                             |       |
|-----------------------------|-------|
| Палатки                     | 5 шт  |
| Спальные мешки              | 15 шт |
| Туристические коврики       | 15 шт |
| Таганок                     | 1 шт  |
| Спасательные жилеты         | 12 шт |
| Носилки для транспортировки | 2 шт  |
| Медицинские сумки-аптечки   | 2 шт  |
| Газовые горелки             | 2 шт  |
| котлы походные              | 2 шт  |
| Байдарки                    | 2шт   |
| Весла                       | 6шт   |
| Рафт                        | 1шт   |
| Фотоаппарат                 | 1 шт. |
| Принтер                     | 1 шт. |
| Штатив                      | 1 шт. |
| Проектор                    | 1 шт. |

#### **Планируемые результаты.**

##### **Предметные результаты включают:**

- овладение основами теоретических и практических знаний и навыков по туризму в соответствии с основными разделами Программы;
- овладение специальным оборудованием и оснащением;
- овладение первоначальными знаниями и умениями применять правила безопасного поведения в условиях природной среды;
- освоение первоначальных навыков оказать первую помощь пострадавшим в походных условиях;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры...).

##### **Личностные результаты включают:**

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- усвоение правил индивидуального и коллективного поведения в условиях природной среды;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

##### **Метапредметные результаты включают:**

- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;
- умение работать индивидуально и в группе, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий туризма.

**Учебный план.  
1 год обучения.**

| №<br>п/п | Название раздела,<br>темы                               | Количество часов |        |          | Формы<br>контроля           |
|----------|---|------------------|--------|----------|-----------------------------|
|          |   | Всего            | Теория | Практика |                             |
| 1        | Комплектование групп                                    | 4                | 4      | 0        | Журнал                      |
| 2        | Инструктаж по охране труда.<br>Организационные вопросы. | 1                | 1      | 0        | Журнал                      |
| 3        | Вводное занятие   | 5                | 3      | 2        | Наблюдение.                 |
| 4        | Подготовка к Туристскому слету                          | 10               | 4      | 6        | Турслет                     |
| 5        | ОФП   | 12               | 4      | 8        | Сдача нормативов            |
| 6        | СФП   | 12               | 4      | 8        | Сдача нормативов            |
| 7        | Подготовка к туристской конференции                     | 10               | 2      | 8        | Туристская конференция      |
| 8        | Силовая подготовка                                      | 6                | 1      | 5        | Сдача нормативов.           |
| 9        | Тактика и техника туристских маршрутов                  | 8                | 4      | 4        | Опрос                       |
| 10       | Инструктаж по охране труда.                             | 1                | 1      | 0        | Журнал                      |
| 11       | ОФП   | 5                | 3      | 2        | Сдача нормативов            |
| 12       | СФП   | 10               | 2      | 8        | Сдача нормативов            |
| 13       | Основы первой помощи.                                   | 8                | 2      | 6        | Опрос, работа с тренажерами |
| 14       | Понятие   | 4                | 2      | 2        | Съемка                      |

|    |                                |     |    |    |                  |
|----|--------------------------------|-----|----|----|------------------|
|    | композиции в пейзаже           |     |    |    | пейзажа          |
| 15 | Основы ориентирования          | 10  | 2  | 8  | Опрос            |
| 16 | ОФП                            | 6   | 1  | 5  | Сдача нормативов |
| 17 | Основы техники водного туризма | 6   | 2  | 4  | Наблюдение       |
| 18 | Планирование итогового похода. | 10  | 8  | 2  | Наблюдение.      |
| 19 | Итоговый 2-х дневный поход.    | 16  | 0  | 16 | Поход            |
|    | Всего:                         | 144 | 50 | 94 |                  |

**2 год обучения.**

| № п/п | Название раздела, темы                 | Количество часов |        |          | Формы контроля         |
|-------|--|------------------|--------|----------|------------------------|
|       |  | Всего            | Теория | Практика |                        |
| 1     | Комплектование групп                   | 4                | 4      | 0        | Журнал                 |
| 2     | Вводное занятие                        | 5                | 3      | 2        | Наблюдение.            |
| 3     | Подготовка к Туристскому слету         | 10               | 4      | 6        | Турслет                |
| 4     | ОФП                                    | 12               | 4      | 8        | Сдача нормативов       |
| 5     | СФП                                    | 12               | 4      | 8        | Сдача нормативов       |
| 6     | Подготовка к туристской конференции    | 10               | 2      | 8        | Туристская конференция |
| 7     | Силовая подготовка                     | 10               | 1      | 9        | Сдача нормативов.      |
| 8     | Тактика и техника туристских маршрутов | 8                | 4      | 4        | Опрос                  |

|    |                                       |     |    |    |                             |
|----|---------------------------------------|-----|----|----|-----------------------------|
| 9  | Инструктаж по охране труда.           | 1   | 1  | 0  | Журнал                      |
| 10 | ОФП                                   | 5   | 3  | 2  | Сдача нормативов            |
| 11 | СФП                                   | 10  | 2  | 8  | Сдача нормативов            |
| 12 | Основы первой помощи.                 | 12  | 4  | 8  | Опрос, работа с тренажерами |
| 13 | Основы ориентирования                 | 6   | 2  | 4  | Опрос                       |
| 14 | Основы съемки художественного пейзажа | 4   | 2  | 2  | Съемка пейзажа              |
| 15 | ОФП                                   | 6   | 1  | 5  | Сдача нормативов            |
| 16 | Основы техники водного туризма        | 6   | 2  | 4  | Наблюдение                  |
| 17 | Планирование итогового похода.        | 10  | 8  | 2  | Наблюдение.                 |
| 18 | Итоговый 2-х дневный поход.           | 16  | 0  | 16 | Поход                       |
|    | Всего:                                | 144 | 48 | 96 |                             |

**3 год обучения.**

| № п/п | Название раздела, темы         | Количество часов |        |          | Формы контроля   |
|-------|--------------------------------|------------------|--------|----------|------------------|
|       |                                | Всего            | Теория | Практика |                  |
| 1     | Комплектование групп           | 4                | 4      | 0        | Журнал           |
| 3     | Подготовка к Туристскому слету | 10               | 4      | 6        | Турслет          |
| 4     | ОФП                            | 12               | 4      | 8        | Сдача нормативов |
| 5     | СФП                            | 12               | 4      | 8        | Сдача нормативов |

|    |  |     |    |    |                             |
|----|--|-----|----|----|-----------------------------|
| 6  | Подготовка к туристской конференции    | 10  | 2  | 8  | Туристская конференция      |
| 7  | Силовая подготовка                     | 10  | 1  | 9  | Сдача нормативов.           |
| 8  | Тактика и техника туристских маршрутов | 8   | 4  | 4  | Опрос                       |
| 9  | Инструктаж по охране труда.            | 1   | 1  | 0  | Журнал                      |
| 10 | ОФП                                    | 5   | 3  | 2  | Сдача нормативов            |
| 11 | СФП                                    | 10  | 2  | 8  | Сдача нормативов            |
| 12 | Основы первой помощи.                  | 12  | 4  | 8  | Опрос, работа с тренажерами |
| 13 | Основы ориентирования                  | 6   | 2  | 4  | Опрос                       |
| 14 | Съемка и обработка панорам             | 4   | 2  | 2  | Съёмка панорам              |
| 15 | ОФП                                    | 6   | 1  | 5  | Сдача нормативов            |
| 16 | Основы техники водного туризма         | 6   | 2  | 4  | Наблюдение                  |
| 17 | Планирование итогового похода.         | 10  | 8  | 2  | Наблюдение.                 |
| 18 | Итоговый 2-х дневный поход.            | 16  | 0  | 16 | Поход                       |
|    | Всего:                                 | 144 | 48 | 96 |                             |



### Календарный учебный график.

| Год обучения | Дата начала обучения по программе | Дата окончания обучения по программе | Всего учебных недель | Количество учебных часов | Режим занятий  |
|--------------|-----------------------------------|--------------------------------------|----------------------|--------------------------|--|
| 1 год        | 10.09                             | 30.05                                | 36                   | 144                      | 2 раза в неделю по 2 академических часа. Академический час равен 30 минутам.                               |
| 1 год        | 10.09                             | 30.05                                | 36                   | 144                      | 2 раза в неделю по 1 академическому часу и 1 раз 2 академических часа. Академический час равен 30 минутам. |
| 2 год        | 01.09                             | 30.05                                | 36                   | 144                      | 2 раза в неделю по 2 академических часа. Академический час равен 30 минутам.                               |
| 3 год        | 01.09                             | 30.05                                | 36                   | 144                      | 2 раза в неделю по 2 академических часа. Академический час равен 30 минутам.                               |

## Методические материалы

| Тема   | Формы занятий   | Приемы и методы организации образовательного процесса | Учебные пособия, дидактический материал. Информационные источники.   | Техническое оснащение                  |
|--|-----------------|---|--|--|
| <b>Первый год обучения</b>                           |                 |   |  |  |
| Инструктаж по охране труда. Организационные вопросы. | Лекция          | Словесный   | Инструкция по охране труда   |  |
| Вводное занятие                                      | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический                    | Циганков В. Воспитание юных туристов. Ставрополь, 1999<br>Бардин К.В. Азбука туризма. — М., Просвещение, 1981.<br><a href="http://knigitut.net/10/5.htm">http://knigitut.net/10/5.htm</a>  | Мультимедиа аппаратура, спортивный зал |
| Подготовка к Туристскому слету                       | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический                    | <a href="http://survinat.ru/2011/10/lichnoe-i-gruppovoe-turistskoe-snaryazhenie/#axzz4tyvFIO27">http://survinat.ru/2011/10/lichnoe-i-gruppovoe-turistskoe-snaryazhenie/#axzz4tyvFIO27</a><br>Ю. А. Штюмер Карманный справочник туриста<br>Положение о проведении туристского слета «Новичок»   | Мультимедиа аппаратура, Спортивный зал |
| ОФП  | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический                    | Таблица нормативов по физкультуре для школьников 2018-2019 (физическая культура)<br>Грищенко О.М., Голикова Е. М., Бровиков Д.В. Туризм как средство формирования двигательной активности учащихся<br>Оренбургский государственный педагогический университет, Оренбургский государственный университет, г. Оренбург;<br>Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. — М., ЦРИБ «Турист», 1989 | Спортивный зал                         |
| СФП  | Комбинированное | Словесный, наглядный,                                 | Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. — М., ЦДЮТур МО РФ, 1995.  | Спортивный зал                         |

|  |                 |                                     |   |  |
|--|-----------------|-------------------------------------|---|--|
|  | ное             | практический,                       | Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. — М., ЦРИБ «Турист», 1989.<br>Дубровский В.И. Здоровый образ жизни. М.,1999   |  |
| Подготовка к туристской конференции    | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический  | Ленинградская область. История культура традиции, Первушина Е.В издательство паритет 2013год<br>Н.А. Костерев. Рекомендации по составлению туристского отчета о походе. <a href="http://nkosterev.narod.ru/met/ot_rek.html">http://nkosterev.narod.ru/met/ot_rek.html</a><br>Алешин В.М., Серебренников А.В. Туристская топография. — М., Профиздат, 1985<br>Положение о проведении районной туристской конференции | Мультимедиа аппаратура, спортивный зал |
| Силовая подготовка                     | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический  | Таблица нормативов по физкультуре для школьников 2018-2019 (физическая культура)<br>Грищенко О.М., Голикова Е. М., Бровиков Д.В. Туризм как средство формирования двигательной активности учащихся Оренбургский государственный педагогический университет, Оренбургский государственный университет, г. Оренбург;<br>Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. — М., ЦРИБ «Турист», 1989                   | Спортивный зал.                        |
| Тактика и техника туристских маршрутов | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический, | Константинов Ю.С., В.М. Куликов Педагогика школьного туризма: Учебно - методическое пособие, 2-е изд., дополненное. М.: ФЦДЮТиК, 2006,208 с.<br>Сонина М.М. Все секреты детского туризма. - М.: Тревел Эксперт, 2008. 72 с.<br>У семи нянек // Туризм: практика, проблемы, перспективы. 2009. - № 4. -с.42-42-45.<br>Остапец А.А. Педагогика и психология туристско-краеведческой деятельности учащихся. - М., 2001 | Мультимедиа аппаратура. Спортивный зал |
| ОФП                                    | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический  | Таблица нормативов по физкультуре для школьников 2017-2018 (физическая культура)<br>Грищенко О.М., Голикова Е. М., Бровиков Д.В. Туризм как средство формирования двигательной активности учащихся Оренбургский государственный педагогический университет, Оренбургский государственный университет, г. Оренбург;  | Спортивный зал.                        |

|                              |   |                                    |  |  |
|------------------------------|---|------------------------------------|--|--|
|                              |   |                                    | Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. — М., ЦРИБ «Турист», 1989  |  |
| СФП                          | Комбинированное   | Словесный, наглядный, практический | Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. — М., ЦДЮТур МО РФ, 1995.<br>Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. — М., ЦРИБ «Турист», 1989.<br>Дубровский В.И. Здоровый образ жизни. М., 1999  | Спортивный зал   |
| Основы первой помощи.        | Комбинированное   | Словесный, наглядный, практический | Первая медицинская помощь пострадавшим при чрезвычайных ситуациях. Санкт-Петербург. НПЦ «Прогресс». 1997.<br>Тимофеев И.В., Анденко С.А. Первая помощь при травмах и других жизнеугрожающих ситуациях. Санкт-Петербург. Издательство ДНК. 2001.<br><a href="http://survinat.ru/category/article/gigiena-article/#axzz4tyvFIO27">http://survinat.ru/category/article/gigiena-article/#axzz4tyvFIO27</a>                 | медицинские сумки-аптечки.<br>Тренажеры, спортивный зал                    |
| Основы ориентирования        | Комбинированное   | Словесный, наглядный, практический | <a href="https://www.youtube.com/watch?v=SQiVaeQbqFc">https://www.youtube.com/watch?v=SQiVaeQbqFc</a><br>Фесенко Б.А. Книга молодого ориентировщика. – М, 1997.<br>Презентация «Типы компасов. Условные знаки карт»<br><a href="http://survinat.ru/2010/11/orientirovanie_na_mestnosti_no_karte_i_kompasu/#axzz4tdQ0vVKP">http://survinat.ru/2010/11/orientirovanie_na_mestnosti_no_karte_i_kompasu/#axzz4tdQ0vVKP</a> | Мультимедиа аппаратура, компасы, планшеты для записей результатов          |
| Понятие композиции в пейзаже | Мастер-класс, творческая мастерская, практическое занятие | Словесный, практический, наглядный | Иофис Е. Справочник фотолюбителя. – М., 1977.<br>Комаров Е.И. Творческая фотография. Ялта, «Адонис», - 2003.<br>Луински Х., Магнус М. Портрет. Фотокнига. – М.: Планета, 1991.   | Зеркальный фотоаппарат, персональный компьютер, штатив, принтер, проектор. |
| ОФП                          | Комбинированное   | Словесный, наглядный, практический | Таблица нормативов по физкультуре для школьников 2018-2019(физическая культура)<br>Грищенко О.М., Голикова Е. М., Бровиков Д.В. Туризм как средство формирования двигательной активности учащихся<br>Оренбургский государственный педагогический университет,  | Спортивный зал.  |

|   |                     |  |  |  |
|---|---------------------|--|--|--|
|   |                     |  | Оренбургский государственный университет, г. Оренбург;<br>Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. — М.,<br>ЦРИБ «Турист», 1989   |  |
| Основы<br>техники<br>водного<br>туризма         | Комбинирован<br>ное | Словесный,<br>наглядный,<br>практический | Усков А.С. «Практика туристских путешествий» С-Пб. «Геос»: 1999<br>Бардин К.В. Азбука туризма. - М., 1981.   | Спортивный<br>зал,<br>мультимедиа<br>аппаратура  |
| Планирование<br>итогового<br>похода.            | Комбинирован<br>ное | Словесный,<br>наглядный,<br>практический | Алексеев А.А. Питание в туристском походе.<br><a href="http://www.barrier.org.ru/text/method/alexeev/index.htm">http://www.barrier.org.ru/text/method/alexeev/index.htm</a><br>Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. Пешеходный туризм.<br><a href="http://skitalets.ru/books/tur_sorevnovania/index.htm">http://skitalets.ru/books/tur_sorevnovania/index.htm</a><br>Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских<br>походов. <a href="http://skitalets.ru/books/organiz_popchik/index.htm">http://skitalets.ru/books/organiz_popchik/index.htm</a><br><a href="http://hibaratxt.narod.ru/organiz/index.html">http://hibaratxt.narod.ru/organiz/index.html</a><br>Штюмер Ю.А. Карманный справочник туриста.<br><a href="http://hibaratxt.narod.ru/karemansprav/index.html">http://hibaratxt.narod.ru/karemansprav/index.html</a><br><a href="http://skitalets.ru/books/sprav_shtrum/index.htm">http://skitalets.ru/books/sprav_shtrum/index.htm</a><br><a href="http://www.outdoors.ru/book/sptur/index.php">http://www.outdoors.ru/book/sptur/index.php</a> | Палатки,<br>спальные<br>мешки,<br>туристические<br>коврики,<br>рюкзак, котлы<br>походные,<br>медицинские<br>сумки-аптечки,<br>компасы, GPS-<br>навигаторы,<br>газовые<br>горелки.<br>Спортивный<br>зал |
| Итоговый 2-х<br>дневный<br>поход.               | Комбинирован<br>ное | Словесный,<br>наглядный,<br>практический | <a href="http://survinat.ru/2011/10/lichnoe-i-gruppovoe-turistskoe-snaryazhenie/#axzz4tyvFIO27">http://survinat.ru/2011/10/lichnoe-i-gruppovoe-turistskoe-snaryazhenie/#axzz4tyvFIO27</a><br>Ю. А. Штюмер Карманный справочник туриста   | Поход  |
| <b>Второй год обучения</b>                      |                     |  |  |  |
| Инструктаж по<br>охране труда.<br>Организационн | Лекция              | Словесный                                | Инструкция по охране труда   |  |

|                                     |                 |                                     |   |  |
|-------------------------------------|-----------------|-------------------------------------|---|--|
| ые вопросы.                         |                 |                                     |   |  |
| Вводное занятие                     | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический  | Циганков В. Воспитание юных туристов. Ставрополь, 1999<br>Бардин К.В. Азбука туризма. — М., Просвещение, 1981.<br><a href="http://knigitut.net/10/5.htm">http://knigitut.net/10/5.htm</a>   | Мультимедиа аппаратура, спортивный зал |
| Подготовка к Туристскому слету      | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический  | <a href="http://survinat.ru/2011/10/lichnoe-i-gruppovoe-turistskoe-snaryazhenie/#axzz4tyvFIO27">http://survinat.ru/2011/10/lichnoe-i-gruppovoe-turistskoe-snaryazhenie/#axzz4tyvFIO27</a><br>Ю. А. Штюмер Карманный справочник туриста<br>Положение о проведении туристского слета «Новичок»  | Мультимедиа аппаратура, Спортивный зал |
| ОФП                                 | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический  | Таблица нормативов по физкультуре для школьников 2018-2019 (физическая культура)<br>Грищенко О.М., Голикова Е. М., Бровиков Д.В. Туризм как средство формирования двигательной активности учащихся<br>Оренбургский государственный педагогический университет, Оренбургский государственный университет, г. Оренбург;<br>Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. — М., ЦРИБ «Турист», 1989                | Спортивный зал                         |
| СФП                                 | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический, | Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. — М., ЦДЮТур МО РФ, 1995.<br>Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. — М., ЦРИБ «Турист», 1989.<br>Дубровский В.И. Здоровый образ жизни. М.,1999  | Спортивный зал                         |
| Подготовка к туристской конференции | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический  | Ленинградская область. История культура традиции, Первушина Е.В издательство паритет 2013год<br>Н.А. Костерев. Рекомендации по составлению туристского отчета о походе. <a href="http://nkosterev.narod.ru/met/ot_rek.html">http://nkosterev.narod.ru/met/ot_rek.html</a><br>Алешин В.М., Серебренников А.В. Туристская топография. — М., Профиздат, 1985<br>Положение о проведении районной туристской конференции | Мультимедиа аппаратура, спортивный зал |
| Силовая подготовка                  | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический  | Таблица нормативов по физкультуре для школьников 2018-2019 (физическая культура)<br>Грищенко О.М., Голикова Е. М., Бровиков Д.В. Туризм как   | Спортивный зал.                        |

|  |                 |                                     |   |  |
|--|-----------------|-------------------------------------|---|--|
|  |                 |                                     | средство формирования двигательной активности учащихся<br>Оренбургский государственный педагогический университет,<br>Оренбургский государственный университет, г. Оренбург;<br>Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. — М.,<br>ЦРИБ «Турист», 1989  |  |
| Тактика и техника туристских маршрутов | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический, | Константинов Ю.С., В.М. Куликов Педагогика школьного туризма: Учебно - методическое пособие, 2-е изд., дополненное. М.: ФЦДЮТиК, 2006,208 с.<br>Сонина М.М. Все секреты детского туризма. - М.: Тревел Эксперт, 2008. 72 с.<br>У семи няnek // Туризм: практика, проблемы, перспективы. 2009. - № 4. -с.42-42-45.<br>Остапец А.А. Педагогика и психология туристско-краеведческой деятельности учащихся. - М., 2001 | Мультимедиа аппаратура.<br>Спортивный зал                  |
| ОФП                                    | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический  | Таблица нормативов по физкультуре для школьников 2017-2018 (физическая культура)<br>Грищенко О.М., Голикова Е. М., Бровиков Д.В. Туризм как средство формирования двигательной активности учащихся<br>Оренбургский государственный педагогический университет,<br>Оренбургский государственный университет, г. Оренбург;<br>Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. — М.,<br>ЦРИБ «Турист», 1989          | Спортивный зал.  |
| СФП                                    | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический  | Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. — М., ЦДЮТур МО РФ, 1995.<br>Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. — М., ЦРИБ «Турист», 1989.<br>Дубровский В.И. Здоровый образ жизни. М.,1999  | Спортивный зал   |
| Основы первой помощи.                  | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический  | Первая медицинская помощь пострадавшим при чрезвычайных ситуациях. Санкт-Петербург. НПЦ «Прогресс». 1997.<br>Тимофеев И.В., Анденко С.А. Первая помощь при травмах и других жизнеугрожающих ситуациях. Санкт-Петербург. Издательство ДНК. 2001.<br><a href="http://survinat.ru/category/article/gigiena-article/#axzz4tyvFIO27">http://survinat.ru/category/article/gigiena-article/#axzz4tyvFIO27</a>              | медицинские сумки-аптечки.<br>Тренажеры,<br>спортивный зал |

|                                       |   |  |   |  |
|---------------------------------------|---|--|---|--|
| Основы ориентирования                 | Комбинированное   | Словесный, наглядный, практический                   | <a href="https://www.youtube.com/watch?v=SQiVaeQbqFc">https://www.youtube.com/watch?v=SQiVaeQbqFc</a><br>Фесенко Б.А. Книга молодого ориентировщика. – М, 1997.<br>Презентация «Типы компасов. Условные знаки карт»<br><a href="http://survinat.ru/2010/11/orientirovanie_na_mestnosti_no_karte_i_kompasu/#axzz4tdQ0vVKP">http://survinat.ru/2010/11/orientirovanie_na_mestnosti_no_karte_i_kompasu/#axzz4tdQ0vVKP</a>  | Мультимедиа аппаратура, компасы, планшеты для записей результатов          |
| Основы съемки художественного пейзажа | Мастер-класс, творческая мастерская, практическое занятие | Словесный, практический, наглядный<br><br>-групповая | Поллак П. Из истории фотографии. – М., 1982.<br><br>Проблемы композиции. – М., 2000.<br><br>Рышков Ю. Краткая история советского фотоаппарата (1929-1991). – Ростов н/Дону: ПТК «Искусство», 1993.  | Зеркальный фотоаппарат, персональный компьютер, штатив, принтер, проектор. |
| ОФП                                   | Комбинированное   | Словесный, наглядный, практический                   | Таблица нормативов по физкультуре для школьников 2018-2019(физическая культура)<br>Грищенко О.М., Голикова Е. М., Бровиков Д.В. Туризм как средство формирования двигательной активности учащихся Оренбургский государственный педагогический университет, Оренбургский государственный университет, г. Оренбург;<br>Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. — М., ЦРИБ «Турист», 1989                        | Спортивный зал.  |
| Основы техники водного туризма        | Комбинированное   | Словесный, наглядный, практический                   | Усков А.С. «Практика туристских путешествий» С-Пб. «Геос»: 1999<br>Бардин К.В. Азбука туризма. - М., 1981.  | Спортивный зал, мультимедиа аппаратура                                     |
| Планирование итогового похода.        | Комбинированное   | Словесный, наглядный, практический                   | Алексеев А.А. Питание в туристском походе.<br><a href="http://www.barrier.org.ru/text/method/alexeev/index.htm">http://www.barrier.org.ru/text/method/alexeev/index.htm</a><br>Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. Пешеходный туризм.<br><a href="http://skitalets.ru/books/tur_sorevnovania/index.htm">http://skitalets.ru/books/tur_sorevnovania/index.htm</a><br>Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских | Палатки, спальные мешки, туристические коврики,                            |



|  |                 |                                    |  |  |
|--|-----------------|------------------------------------|--|--|
|  |                 |                                    | <p>походов. <a href="http://skitalets.ru/books/organiz_popchik/index.htm">http://skitalets.ru/books/organiz_popchik/index.htm</a><br/> <a href="http://hibaratxt.narod.ru/organiz/index.html">http://hibaratxt.narod.ru/organiz/index.html</a><br/>         Штюмер Ю.А. Карманный справочник туриста.<br/> <a href="http://hibaratxt.narod.ru/karemansprav/index.html">http://hibaratxt.narod.ru/karemansprav/index.html</a><br/> <a href="http://skitalets.ru/books/sprav_shtrum/index.htm">http://skitalets.ru/books/sprav_shtrum/index.htm</a><br/> <a href="http://www.outdoors.ru/book/sptur/index.php">http://www.outdoors.ru/book/sptur/index.php</a></p> | <p>рюкзак, котлы походные, медицинские сумки-аптечки, компасы, GPS-навигаторы, газовые горелки. Спортивный зал</p> |
| Итоговый 2-х дневный поход.                          | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический | <p><a href="http://survinat.ru/2011/10/lichnoe-i-gruppovoe-turistskoe-snyazhenie/#axzz4tyvFIO27">http://survinat.ru/2011/10/lichnoe-i-gruppovoe-turistskoe-snyazhenie/#axzz4tyvFIO27</a><br/>         Ю. А. Штюмер Карманный справочник туриста</p>  | Поход  |
| <b>Третий год обучения</b>                           |                 |                                    |  |  |
| Инструктаж по охране труда. Организационные вопросы. | Лекция          | Словесный                          | Инструкция по охране труда   |  |
| Вводное занятие                                      | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический | <p>Циганков В. Воспитание юных туристов. Ставрополь, 1999<br/>         Бардин К.В. Азбука туризма. — М., Просвещение, 1981.<br/> <a href="http://knigitut.net/10/5.htm">http://knigitut.net/10/5.htm</a></p>   | Мультимедиа аппаратура, спортивный зал   |

|                                     |                 |                                     |   |  |
|-------------------------------------|-----------------|-------------------------------------|---|--|
| Подготовка к Туристскому слету      | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический  | <a href="http://survinat.ru/2011/10/lichnoe-i-gruppovoe-turistskoe-snaryazhenie/#axzz4tyvFIO27">http://survinat.ru/2011/10/lichnoe-i-gruppovoe-turistskoe-snaryazhenie/#axzz4tyvFIO27</a><br>Ю. А. Штюмер Карманный справочник туриста<br>Положение о проведении туристского слета «Новичок»  | Мультимедиа аппаратура, Спортивный зал |
| ОФП                                 | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический  | Таблица нормативов по физкультуре для школьников 2018-2019 (физическая культура)<br>Грищенко О.М., Голикова Е. М., Бровиков Д.В. Туризм как средство формирования двигательной активности учащихся Оренбургский государственный педагогический университет, Оренбургский государственный университет, г. Оренбург;<br>Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. — М., ЦРИБ «Турист», 1989                   | Спортивный зал                         |
| СФП                                 | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический, | Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. — М., ЦДЮТур МО РФ, 1995.<br>Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. — М., ЦРИБ «Турист», 1989.<br>Дубровский В.И. Здоровый образ жизни. М.,1999  | Спортивный зал                         |
| Подготовка к туристской конференции | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический  | Ленинградская область. История культура традиции, Первушина Е.В издательство паритет 2013год<br>Н.А. Костерев. Рекомендации по составлению туристского отчета о походе. <a href="http://nkosterev.narod.ru/met/ot_rek.html">http://nkosterev.narod.ru/met/ot_rek.html</a><br>Алешин В.М., Серебренников А.В. Туристская топография. — М., Профиздат, 1985<br>Положение о проведении районной туристской конференции | Мультимедиа аппаратура, спортивный зал |
| Силовая подготовка                  | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический  | Таблица нормативов по физкультуре для школьников 2018-2019 (физическая культура)<br>Грищенко О.М., Голикова Е. М., Бровиков Д.В. Туризм как средство формирования двигательной активности учащихся Оренбургский государственный педагогический университет, Оренбургский государственный университет, г. Оренбург;<br>Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. — М., ЦРИБ «Турист», 1989                   | Спортивный зал.                        |

|  |                 |                                     |  |   |
|--|-----------------|-------------------------------------|--|---|
| Тактика и техника туристских маршрутов | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический, | Константинов Ю.С., В.М. Куликов Педагогика школьного туризма: Учебно - методическое пособие, 2-е изд., дополненное. М.: ФЦДЮТиК, 2006,208 с.<br>Сонина М.М. Все секреты детского туризма. - М.: Тревел Эксперт, 2008. 72 с.<br>У семи нянек // Туризм: практика, проблемы, перспективы. 2009. - № 4. -с.42-42-45.<br>Остапец А.А. Педагогика и психология туристско-краеведческой деятельности учащихся. - М., 2001    | Мультимедиа аппаратура. Спортивный зал                |
| ОФП                                    | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический  | Таблица нормативов по физкультуре для школьников 2017-2018 (физическая культура)<br>Грищенко О.М., Голикова Е. М., Бровиков Д.В. Туризм как средство формирования двигательной активности учащихся Оренбургский государственный педагогический университет, Оренбургский государственный университет, г. Оренбург; Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. — М., ЦРИБ «Турист», 1989                         | Спортивный зал.                                       |
| СФП                                    | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический  | Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. — М., ЦДЮТур МО РФ, 1995.<br>Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. — М., ЦРИБ «Турист», 1989.<br>Дубровский В.И. Здоровый образ жизни. М.,1999   | Спортивный зал  |
| Основы первой помощи.                  | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический  | Первая медицинская помощь пострадавшим при чрезвычайных ситуациях. Санкт-Петербург. НПЦ «Прогресс». 1997.<br>Тимофеев И.В., Анденко С.А. Первая помощь при травмах и других жизнеугрожающих ситуациях. Санкт-Петербург. Издательство ДНК. 2001.<br><a href="http://survinat.ru/category/article/gigiena-article/#axzz4tyvFIO27">http://survinat.ru/category/article/gigiena-article/#axzz4tyvFIO27</a>                 | медицинские сумки-аптечки. Тренажеры, спортивный зал  |
| Основы ориентирования                  | Комбинированное | Словесный, наглядный, практический  | <a href="https://www.youtube.com/watch?v=SQiVaeQbqFc">https://www.youtube.com/watch?v=SQiVaeQbqFc</a><br>Фесенко Б.А. Книга молодого ориентировщика. – М, 1997.<br>Презентация «Типы компасов. Условные знаки карт»<br><a href="http://survinat.ru/2010/11/orientirovanie_na_mestnosti_no_karte_i_kompasu/#axzz4tdQ0vVKP">http://survinat.ru/2010/11/orientirovanie_na_mestnosti_no_karte_i_kompasu/#axzz4tdQ0vVKP</a> | Мультимедиа аппаратура, компасы, планшеты для записей |

|                                |   |                                    |   |  |
|--------------------------------|---|------------------------------------|---|--|
|                                |   |                                    |   | результатов  |
| Съемка и обработка панорам     | Мастер-класс, творческая мастерская, практическое занятие | Словесный, практический, наглядный | Морозов С. Русская художественная фотография. – М.: Искусство, 1961.<br>Морозов С. Творческая фотография. – М., 1985.<br>Надеждин Н. Цифровая фотография. – СПб.: БХВ-Петербург, 2003.  | Зеркальный фотоаппарат, персональный компьютер, штатив, принтер, проектор.   |
| ОФП                            | Комбинированное   | Словесный, наглядный, практический | Таблица нормативов по физкультуре для школьников 2018-2019(физическая культура)<br>Грищенко О.М., Голикова Е. М., Бровиков Д.В. Туризм как средство формирования двигательной активности учащихся Оренбургский государственный педагогический университет, Оренбургский государственный университет, г. Оренбург; Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. — М., ЦРИБ «Турист», 1989   | Спортивный зал.  |
| Основы техники водного туризма | Комбинированное   | Словесный, наглядный, практический | Усков А.С. «Практика туристских путешествий» С-Пб. «Геос»: 1999<br>Бардин К.В. Азбука туризма. - М., 1981.  | Спортивный зал, мультимедиа аппаратура   |
| Планирование итогового похода. | Комбинированное   | Словесный, наглядный, практический | Алексеев А.А. Питание в туристском походе.<br><a href="http://www.barrier.org.ru/text/method/alexeev/index.htm">http://www.barrier.org.ru/text/method/alexeev/index.htm</a><br>Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. Пешеходный туризм.<br><a href="http://skitalets.ru/books/tur_sorevnovania/index.htm">http://skitalets.ru/books/tur_sorevnovania/index.htm</a><br>Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов. <a href="http://skitalets.ru/books/organiz_popchik/index.htm">http://skitalets.ru/books/organiz_popchik/index.htm</a><br><a href="http://hibaratxt.narod.ru/organiz/index.html">http://hibaratxt.narod.ru/organiz/index.html</a><br>Штюмер Ю.А. Карманный справочник туриста.<br><a href="http://hibaratxt.narod.ru/karemansprav/index.html">http://hibaratxt.narod.ru/karemansprav/index.html</a><br><a href="http://skitalets.ru/books/sprav_shtrum/index.htm">http://skitalets.ru/books/sprav_shtrum/index.htm</a><br><a href="http://www.outdoors.ru/book/sptur/index.php">http://www.outdoors.ru/book/sptur/index.php</a> | Палатки, спальные мешки, туристические коврики, рюкзаки, котлы походные, медицинские сумки-аптечки, компасы, GPS-навигаторы, газовые |

|                                   |                     |  |   |                               |
|-----------------------------------|---------------------|--|---|-------------------------------|
|                                   |                     |  |   | горелки.<br>Спортивный<br>зал |
| Итоговый 2-х<br>дневный<br>поход. | Комбинирован<br>ное | Словесный,<br>наглядный,<br>практический | <a href="http://survinat.ru/2011/10/lichnoe-i-gruppovoe-turistskoe-snaryazhenie/#axzz4tyvFIO27">http://survinat.ru/2011/10/lichnoe-i-gruppovoe-turistskoe-snaryazhenie/#axzz4tyvFIO27</a><br>Ю. А. Штюрмер Карманный справочник туриста | Поход                         |

## Оценочные материалы

Система отслеживания, контроля и оценки результатов обучения на всех годах обучения программы имеет основные составляющие:

**Входной контроль** проводится в начале обучения по программе и направлен на выяснение первоначального уровня подготовки учащегося.

**Итоговый контроль** проводится в конце каждого учебного года и направлен на выявление уровня освоения программы за год или за весь срок обучения.

**Целью контроля** является определение уровня освоения учащимися разделов программы.

### **Формы контроля:**

- педагогическое наблюдение;
- результаты участия в соревнованиях;
- сдача нормативов;
- участие в конференции;
- выполнение практических заданий.

Успеваемость учащихся по программе «Спортивно-познавательный туризм: начальная подготовка» определяется по двум категориям:

- Усвоение теоретических знаний.
- Практические умения и навыки.

### **Критерии оценки выполнения заданий.**

Входной и итоговый контроль включают в себя проверку теоретических знаний и практических умений и навыков.

**Теоретические знания** определяются по результатам выполнения учащимся контрольного задания, которое включает в себя 24 вопроса в соответствии с основными разделами программы. Задание выполняется индивидуально. Работа оценивается по количеству правильных ответов.

**Практические умения и навыки** определяются по результатам выполнения учащимися задания, которое выполняется индивидуально.

Результаты контроля заносятся в ведомость диагностики по каждой группе.

**Оценка метапредметных результатов** осуществляется по выбору педагога в следующих формах:

1) в ходе выполнения учащимися контрольных заданий, одновременно с оценкой предметных результатов. В этом случае педагогом для выбранного типа контрольного задания обозначается цель оценки метапредметного уровня (например, оценка регуляторных или коммуникативных УУД) и составляется форма фиксации (например, карта наблюдения или экспертной оценки).

2) в процессе занятий по учебному плану, проводимых в специально-организованных педагогических формах (педагогических технологиях), позволяющих оценивать уровень проявленности УУД определенного типа. В этом случае педагогом определяется тема

занятия из учебного плана, педагогически целесообразная форма (или технология) проведения занятия, обозначается цель оценки метапредметного уровня (например, оценка компонентов познавательных, регуляторных или коммуникативных УУД)

3) в процессе организации метапредметных проектов разного уровня:

- в ходе реализации индивидуальных, групповых проектов внутри направления ДО;

- внутриорганизационных проектов учреждения, предполагающих применение метапредметных умений разного (или определенного) типа;

- межорганизационных (социальных, социокультурных и иных, в т.ч. сетевых, проектов, мероприятий, предполагающих применение метапредметных умений разного (или определенного) типа.

В данном случае педагогом определяется и предлагается на выбор учащимся тип и уровень метапредметного проекта (с учетом индивидуальных возможностей), обозначается цель оценки метапредметного уровня (оценка компонентов познавательных, регуляторных или коммуникативных УУД), составляется форма диагностики фиксации (карта наблюдения или экспертной оценки, интервью, анализ обратной связи, анализ продуктов образовательной деятельности, анализ портфолио).

**Оценка личностных результатов** осуществляется с учетом следующих общих требований оценки результатов данного уровня:

- Процедура оценки и уровни интерпретации носят неперсонифицированный характер;

- Результаты по данному блоку (ЛР) используются в целях оптимизации качества образовательного процесса;

- По согласованию может процедура оценивания осуществляется с привлечением специалистов учреждения, имеющих соответствующую профессиональную квалификацию и / или независимых экспертов.

**Оценка личностных результатов** осуществляется по выбору педагога в следующих формах:

- в процессе участия учащихся в конкурсах, выставках различного уровня, творческих мастер-классах, выездов на тематические экскурсии, в музеи, на природу, историко-культурной и духовно-нравственной направленности личностно-ориентированной, предполагающих применение личностных качеств, социальных умений, отвечающим задачам становления духовно-нравственной личности.

- в процессе организации метапредметных проектов и мероприятий социальной, духовно-нравственной направленности, в т.ч. сетевых, предполагающих применение личностных качеств, социальных умений, отвечающим задачам возрастосообразного личностного развития.

В данном случае педагогом определяется и предлагается на выбор учащимся тип мероприятия или уровень метапредметного проекта (с учетом индивидуальных возможностей), обозначается цель оценки личностных результатов (оценка компонентов личностного развития, отвечающих задачам становления духовно-нравственной личности), составляется форма диагностики фиксации (карта наблюдения или экспертной оценки, интервью, анализ обратной связи, анализ продуктов образовательной деятельности, анализ портфолио), обеспечиваются процедуры конфиденциальности.

Конкретизация форм оценки метапредметных и личностных результатов осуществляется каждым педагогом согласно учебным планам по годам обучения с учетом плана работы педагога.

Интегративная персональная оценка по динамике результативности и достижений освоения учащимися образовательных программ отслеживается по результатам итоговой диагностики предметных и метапредметных результатов в течение 3 лет обучения.

Динамика личностных результатов (неперсонифицированных групповых) используется для интерпретации достижений предметного и метапредметного уровней с учетом контекстной информации в целях оптимизации качества образовательного процесса.