

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Дворец творчества детей и молодежи Колпинского района Санкт-Петербурга

РАССМОТРЕНА И ПРИНЯТА
на педагогическом совете ДТДиМ
Протокол от 01 марта 2023г. №. 1

УТВЕРЖДЕНА
приказом ДТДиМ
от 01 марта 2023г. №118-ОД

Дополнительная общеразвивающая программа

«Сто дорог»

Срок освоения – 3 года

Возраст учащихся – 14-17 лет

Разработчики:
Буракова Самира Абдаллаевна
педагог дополнительного образования,
Даурова Наталия Владимировна
методист отдела туризма и краеведения

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Сто дорог» (далее – Программа) направлена на раскрытие творческих и физических способностей обучающихся, имеющих мотивацию и интерес в области туризма, владеющих туристскими навыками, связанными с безопасным пребыванием в условиях природной среды в походно-экспедиционной деятельности.

Программа способствует изучению исторического и природного, что ставит ее в ряд наиболее эффективных методов комплексного воспитания подрастающего поколения.

Настоящая Программа разработана в соответствии с ФЗ от 29.12.2012г. №273– ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Программа направлена на обновление Приказом министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Настоящая Программа основывается на Методических рекомендациях по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию, утвержденных Комитетом по образованию Санкт-Петербурга № 1676-р от 25.08.2022г.

Новизна программы:

Программа «Сто дорог» является «следующей ступенью» в образовательном процессе для обучающихся, завершивших освоение программ: «Юные туристы» или «Туристы-краеведы» для дальнейшего совершенствования туристских навыков и умений обучающихся с высокой мотивацией к занятиям спортивным туризмом.

Создание условий для оптимального развития одаренных детей, включая детей, чья одаренность на настоящий момент может быть еще не проявившейся, а также просто способных детей, в отношении которых есть серьезная надежда на дальнейший качественный скачок в развитии их способностей, является одним из главных направлений педагогической деятельности.

Новизна программы заключается в использовании нового подхода в организации походно-экспедиционной деятельности (за счёт увеличения объёма содержания по различным видам туризма: пеший, водный, горный, лыжный), что даёт возможность обучающимся приобрести навыки обеспечения жизнедеятельности в различных природно-климатических условиях.

Направленность программы: туристско-краеведческая

К туристско-краеведческой направленности, относятся объединения по всем видам туризма и направлениям краеведения, способствующие изучению, как малой Родины, так и России в целом, ее исторического и культурного наследия, формированию у обучающихся знаний, умений и навыков, связанных с безопасным пребыванием в условиях природной и городской среды, получению опыта работы в коллективе и социализации в обществе. В неё включены разработки по развитию творческих способностей детей, коммуникативных, лидерских и иных личностных качеств, способствующих дальнейшей социальной адаптации одаренных детей.

Адресат программы: обучающиеся в возрасте от 14 до 17 лет, имеющие базовую физическую подготовку (при наличии медицинского допуска к занятиям туризмом) для дальнейшего самоопределения в данной области.

Актуальность программы:

Актуальность данной программы заключается в том, что она нацелена на формирование целостной системы выявления, поддержки, развития физических и профессиональных способностей одарённых детей, благодаря новым технологиям в области различных видов туризма (поддержка одарённых детей является приоритетным направлением в области образования (Федеральный проект «Образование» и в его рамках проект «Успех каждого ребёнка»).

Походно - туристская деятельность (как итог реализации ДОП) является одной из важных форм обучения, воспитания и оздоровления обучающихся, разумного использования их свободного времени. В связи с воспитательной функцией в программу вносятся материалы по изучению истории государственных символов России для формирования патриотического сознания.

Изучение исторического и культурного наследия страны, своей малой родины – является важной составляющей воспитания патриотизма и гражданственности юного поколения.

Уровень освоения программы: углубленный

Объем и сроки освоения программы:

1 год обучения – 216 часа

2 год обучения – 216 часов

3 год обучения – 216 часов

Отличительные особенности программы: данная программа является завершающей ступенью освоения дисциплины – «спортивный туризм» и отличается тем, что практико ориентированный подход в решении образовательных задач позволяет обучающимся с высокой мотивацией сделать профессиональный выбор в соответствии с личными достижениями, интересом, способностями в том или ином виде туризма.

Цель:

Духовно-нравственное воспитание гармонично развитой личности, дальнейшее формирование ЗОЖ, культуры здоровья обучающихся средствами детско-юношеского туризма.

Обучающие:

- Научить необходимым умениям для организации и участия в туристских путешествиях
- Научить необходимым знаниям для работы с туристским оборудованием;
- Дать знания по основам ориентирования и принципам оказания первой помощи;
- Научить умениям использовать GPS-навигаторы в походно-экспедиционной деятельности
- Научить необходимым навыкам для совершения категорийных походов в разных видах туризма,
- Дать знания об истории развития государственной символики РФ,
- Познакомить с основными профессиями в области туризма.

Развивающие:

- Развить способности у обучающихся к оценке туристской ситуации для решения профессиональных задач
- Развить способности к определению стратегии поведения, не нарушая гражданские и нравственные ценности;
- Сформировать мотивацию к походно-экспедиционной деятельности
- Развить самостоятельность, ответственность, познавательную активность.

Воспитательные:

- Сформировать способность к саморазвитию и личностному самоопределению,
- Сформировать осознание российской идентичности и чувство любви к Родине,
- Формирование у обучающихся таких качеств, как целеустремлённость, упорство в достижении цели с целью воспитания «успешной личности».

Планируемые результаты в освоении программы

Личностные результаты:

- Воспитают способность к саморазвитию и личностному самоопределению,
- Сформируют мотивацию к познанию через экспедиционно-походную деятельность,
- Сформируют способность к осознанию российской идентичности и патриотизма.

Метапредметные результаты:

- Разовьют способности к оценке туристской ситуации для решения профессиональных задач,
- Усвоят нормы поведения и нравственные ценности,
- Разовьют мотивацию к походно-экспедиционной деятельности,
- Разовьют такие качества, как самостоятельность, ответственность, познавательную активность.

Предметные результаты:

- Научатся необходимым умениям для организации и участия в туристских путешествиях,
- Научатся необходимым знаниям для работы с туристским оборудованием;
- Получат знания по основам ориентирования и принципам оказания первой помощи;
- Научатся умениям использовать GPS-навигаторы в походно-экспедиционной деятельности,
- Научатся необходимым навыкам для совершения категорийных походов в разных видах туризма,
- Получат знания об истории развития государственной символики РФ,
- Познакомятся с основными тезисами профессии инструктора детско-юношеского туризма.

Организационно-педагогические условия реализации программы:

Язык реализации программы: русский

Форма обучения: очная

Особенности реализации программы:

- сетевая форма реализации ДОП
- предусматривает проведение практических занятий в условиях природной среды при наличии второго педагога.

Особенности организации образовательного процесса: ориентированы на достижение личностных и метапредметных результатов освоения программы с учётом особых образовательных потребностей обучающихся с высокой мотивацией.

Условия набора в коллектив: принимаются все желающие, набор производится на основании собеседования, наличие медицинского допуска обязательно.

Условия формирования групп: разновозрастные группы обучающихся, допускается набор обучающихся на второй год обучения, на основе собеседования и физической подготовленности.

Количество обучающихся в группе: в соответствии с локальным актом ДТДиМ

Наполняемость группы 1 года обучения – 15 человек

Наполняемость группы 2 года обучения – 12 человек

Наполняемость группы 3 года обучения – 10 человек

Форма организации занятий: в малых группах; всем составом на теоретических и практических занятиях (ОФП, СФП), индивидуальная при подготовке и проведении мероприятий в условиях природной среды.

Аудиторные и внеаудиторные (практические занятия в условиях природной среды, походы, экспедиции)

Формы проведения занятий: учебное занятие (беседа, практическое занятие в аудитории, в природной среде, поход, соревнование, конкурс, контрольный выезд)

Формы организации деятельности учащихся на занятии с указанием конкретных видов деятельности в рамках данной ДОП:

- фронтальная: работа педагога со всеми обучающимися одновременно (беседа, показ, объяснение, выполнение физических упражнений.);

- групповая: организация работы в малых группах, в т.ч. в парах, для выполнения определенных практико-ориентированных задач;

- индивидуальная: организуется для работы с одаренными детьми, отработки отдельных практических туристских навыков при выполнении заданий.

Формы представления результатов: представление творческих отчетов и публичная защита материалов экспедиционно-походной деятельности в Региональном этапе смотра-конкурса походов и экспедиций, обучающихся Санкт-Петербурга «По Родной стране» и Городской научно-образовательной туристско-краеведческой конференции обучающихся Санкт-Петербурга «Из дальних странствий возвратись».

Материально-техническое оснащение программы
Перечень необходимого инвентаря, снаряжения и оборудования
(на группу 15 человек)

п/п	Наименование	Количество
1.	Палатка туристская (2-4-х местная)	4шт.
2.	Тент для оборудования бивака	2шт.
3.	Набор походных котлов и др. костровой посуды	1 компл.
4.	Костровой тросик	1 компл.
5.	Топор походный	1шт.
6.	Пила (облегченная 2-х ручная с чехлом)	1шт.
7.	Медицинская аптечка	1 компл.
8.	Походный ремонтный набор	1 компл.
9.	Газовая горелка	1шт.
10.	Веревка основная (капроновая, диаметром 8-10 мм) 40 метров	1шт.
11.	Веревка вспомогательная (диаметром 6 мм) 40 метров	1шт.
12.	Каска	15шт.
13.	Система страховочная	15шт.
14.	Карабин туристский	15шт.
15.	Планшет для картографического материала и документов	2 шт.
16.	Рюкзак	на каждого участника
17.	Спальный мешок	на каждого участника
18.	Коврик походный	на каждого участника
19.	Фонарик	1 шт.

Рекомендуемый перечень личного туристского снаряжения обучающегося:

- рюкзак для туристских прогулок,
- спальный мешок,
- туристские ботинки или обувь на твердой подошве,
- обувь спортивная (типа шиповки),
- сапоги резиновые,
- фляжка или емкость для питьевой воды (1–1,5 л),
- головной убор,

- штормовка и брюки (ветрозащитный костюм),
- спортивный тренировочный костюм,
- столовые принадлежности (тарелка, кружка, ложка, нож складной),
- средство от кровососущих насекомых,
- коврик туристский,
- перчатки рабочие,
- носки шерстяные,
- сидуха походная,
- программное обеспечение (компьютерное), доступ к информационным системам и информационно-телекоммуникационным сетям.

Кадровое обеспечение программы:

В соответствии с методическими рекомендациями по повышению квалификации специалистов в области детского туризма (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки Российской Федерации от 3 декабря 2015 года № 09-3461) педагогические работники, прошедшие обучение по комплексной курсовой программе начальной туристской подготовки «Инструктор детско-юношеского туризма» в объеме не менее 216 часов.

Учебный план.

Учебный план первого года обучения

№	Разделы и темы	Количество часов				Формы контроля/ аттестации
		Всего	Тео- рия	Практ ика	Выез ды	
1.	Общая туристская подготовка	38	16	14	8	Опрос для самоанализа и оценка педагога с помощью информационной карты
2.	Государственная символика РФ. История развития государственной символики	2	1	1		Игры «Что лишнее?» в изображении символов
3.	Первая помощь в походе	24	4	12	8	Зачетное практическое занятие; опрос
4.	Топография и ориентирование	34	8	10	16	Построение профиля маршрута. Соревнования по Спортивной Спутниковой навигации
5.	Краеведение	14	10	4	0	Опрос, практические наблюдения
6.	Психологическая подготовка	18	14	4	0	Тесты на внимание, память, мышление. Опросник для самоанализа, психологическая игра
7.	Общая физическая подготовка	32	8	24	0	Опрос, сдача нормативов, соревнования
8.	Специальная подготовка	50	8	2	40	Практическая работа, заполнение маршрутных документов, опрос, учебные соревнования
9.	Профориентационное занятие	2	1	1		Игровая практика
10.	Итоговое занятие	2	2			Составление творческого отчета о проведенном походе
	Всего:	216	72	72	72	

В конце первого года обучения группа должна совершить зачетное туристское путешествие в летний период времени — вне сетки часов не менее чем на 6 дней (полевой туристский сбор), либо пеший поход не менее 3 степени сложности, либо малую маршрутную экспедицию в Ленобласти, Карелии или Мурманской области.

Учебный план второго года обучения

№	Разделы и темы	Количество часов				Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	Выезды	
1.	Общая туристская подготовка	22	10	4	8	Опрос, тесты.
2.	Государственная символика РФ. Патриотическое сознание, преданность своему Отечеству	2	1	1		Контрольная игра
3.	Первая помощь	20	4	8	8	Зачетное практическое занятие, опрос
4.	Топография и ориентирование	18	2	8	8	Контрольные тесты на местности; Соревнования по Спортивной Спутниковой навигации
5.	Краеведение	8	4	4		Походы и экскурсии, проведение краеведческих наблюдений
6.	Психологическая подготовка	16	8	8	0	Опросник для самоанализа, психологические игры
7.	Общая физическая подготовка	36	4	32	0	Сдача нормативов, соревнования
8.	Специальная подготовка	90	20	22	48	Практические задания, опросы, соревнования
9.	Профориентационное занятие	2	1	1		Практическая игровая практика
10.	Итоговое занятие	2	2			Составление творческого отчета о проведенном походе
	Всего:	216	56	88	72	

В конце второго года обучения группа должна совершить зачетное туристское путешествие в летний период времени — вне сетки часов не менее чем на 8 дней пеший поход 1 категории сложности, либо водный поход не менее 2 степени сложности, либо малую водную экспедицию в Ленобласти, Карелии, Мурманской области, Прибайкалье или Саянах.

Учебный план третьего года обучения

№	Разделы и темы	Количество часов				Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	Выезды	
1.	Общая туристская подготовка	48	20	20	8	Опрос, тест, практическое задание, творческий отчет
2.	Государственная символика РФ Правовая просвещённость	2	1	1		Тест
3.	Психология и командообразование	31	16	15	0	Опрос, психологические игры
4.	Поисково-спасательные работы	37	4	17	16	Тест, практическое задание, контрольные вопросы
5.	Общая физическая подготовка	28	4	24		Тест, сдача нормативов, соревнования
6.	Специальная туристская подготовка	68	6	14	48	практическое задание, соревнования
7.	Проориентационное занятие	2	1	1		Тест
	Всего:	216	52	92	72	

В конце третьего года обучения группа должна совершить зачетное туристское путешествие в летний период времени — вне сетки часов не менее чем на 10 дней пеший поход 1 категории сложности в более сложном, холмистом районе, либо водный поход не менее 1 категории сложности, либо лыжный поход – экспедицию в межсезонье, либо горный поход в Мурманской области, Прибайкалье, Саянах, Кавказе или Алтайском крае.

Методические и оценочные материалы

В процессе освоения программ используются следующие методы обучения: по источникам передачи содержания программы:

- словесные (беседа, инструктаж, обсуждение материала),
- наглядные (иллюстрированные материалы: демонстрация тематических видео и фотоматериалов, показ тех или иных упражнений с применением спортивного оборудования),
- для отработки практических туристских навыков используются физические и специальные упражнения с многократным повторением, решение ситуационных задач, учебные выходы и выезды в природную среду.

Для достижения и решения познавательных задач методы обучения применяются следующие:

- методы формирования умений и навыков по применению знаний на практике,
- методы проверки и оценки, умений, навыков.

В процессе организации и реализации общеразвивающей программы применяются следующие современные образовательные технологии:

Здоровьесберегающие технологии используются при организации образовательного процесса в рациональном построении учебных занятий в соответствии с возрастными, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями;

Методы мотивации стимулирования: творческие задания, поощрение, порицание, возможность участия в различных спортивных соревнованиях (например: туристско-краеведческая олимпиада, соревнования по спортивному ориентированию, по спортивному туризму и др.)

Создание комфортных условий обучения (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватного применения методик обучения и воспитания):

- на тренировках, выездах и соревнованиях физические нагрузки соответствуют возрастным особенностям ребенка; в оптимальном сочетании двигательных и статических нагрузок;
- в создании эмоционально благоприятной атмосферы;

Технология коллективного взаимодействия - используется при решении практических задач в группах, подгруппах, а также при опросах на заданную тему.

Игровые технологии используются в основном на практических и тренировочных занятиях, которые составляют большую часть образовательного процесса и связаны с игровой формой взаимодействия. Игра тренирует память, стимулирует умственную деятельность учащихся, развивает внимание; является одним из приемов преодоления пассивности.

Технологии проблемного обучения используются на протяжении всего образовательного процесса, так как сама туристско-краеведческая деятельность постоянно ставит перед ее участниками проблемы и задачи, которые надо решать.

Целью проблемной технологии выступает приобретение знаний, умений, навыков, усвоение способов самостоятельной деятельности, развитие познавательных и творческих способностей.

Информационные источники (для педагогов)

1. Амонашвили Ш.А. Гуманно-личностный подход к детям. – М., 1998.
2. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. – М., 1996
3. Дусавицкий А.К. Формула интереса. - М., 1993.
4. Зинченко В.П., Моргунов Е.Б. Человек развивающийся: очерки российской психологии. – М., 1994.
5. Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. - М., 1989.
4. Волков Н.Н. Спортивные походы в горах. – М., 1974.
6. Григорьев В.Н. Водный туризм. – М.,1990.
7. Дубровский В.И. Реабилитация в спорте. – М., 1996.
8. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. - М., 1995.
9. Константинов Ю.С. Туристско-краеведческая деятельность учащихся в системе дополнительного образования детей. – М., 2001.
10. Развитие творческой активности школьников. – М.,1991.
11. Лукоянов П.И. Лыжные спортивные походы. - М., 1988.
12. Подлиняев О.Л. Теории личности в психологии и их педагогические проекции. – Иркутск, 2004.
13. Слуцкий В.И. Элементарная педагогика. - М., 1992.
14. Снайдер Р. Ребенок как личность: становление культуры справедливости и воспитание совести. – М., 1994.
15. Берн. Э. Лидер и группа. Екатеринбург, 2000
16. Братченко С.Л. Экзистенциальная психология глубинного общения. – М., 2001.
17. Бьюдженталь Дж. Наука быть живым.- М., 1998.
18. Васильева О.С., Филатов. Ф. Р. Психология здоровья человека. - М., 2001.
19. Грановская Р.М., Крижанская Ю.С. Творчество и преодоление стереотипов. – СПб., 1994.
20. Ги Лефрансуа Психология для учителя. - СПб-М., 2003.
21. Кошельков С.А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. – М., 1997.
22. Лидьярд А., Гилмор Г. Бег с Лидьярдом.- М.,1987.
23. Куницына В. Н., Казаринова Н.В., Погольша В.М. Межличностные отношения. - СПб, 2001.
24. Линчевский Э.Э. Психологический климат в туристской группе. – СПб., 2008.
25. Маслоу А. Новые рубежи человеческой природы. – М., 1999.
26. Психогимнастика в тренинге / под.ред. Хрящёвой. Н.Ю. – СПб.,1999.
27. Практическая психодиагностика. Методики и тесты / ред. Райгородский Д.Я.- Самара, 1998.
28. Психологические методы обретения здоровья / сост. Сельчёнок. К.В. -М., 2001
29. Роджерс К. Становление личности. - М., 2001.
30. Сидоренко Е.В., Дерманова И.В. Психологический практикум: межличностные отношения. - СПб, 2001.
31. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. - М., 2002
32. Фопель К. Сплочённость и толерантность в группе. - М. 2002.
33. Фопель К. Технология ведения тренинга. - М., 2003.
34. Цзен И.В., Пахомов Ю.В. Психотренинг: игры и упражнения.- М. 1983.
35. Цукерман Г.А. Психология саморазвития: задача для подростков и их педагогов. - Рига, 1995.
36. Юркина Л.Ю. Психологическая подготовка туристов-школьников. – М., 1996.
37. Методика врачебно-педагогического контроля в туризме. – М., 1990.
38. Миррахимов М.М., Нольберг П.И. Горная медицина. - Фрунзе,1978.
39. Организация и проведение поисково-спасательных работ силами туристских групп. – М., 1981.
40. Основы медицинских знаний учащихся// под ред. Гоголева М.И. – М., 1991.
41. Программы для системы дополнительного образования детей: юные инструкторы туризма. – М., 2002.

42. Спортивный туризм: учебное пособие// под ред. Евсеева С.П., Федотова Ю.Н./ СПбГАФК им. П.Ф.Лесгафта, 1999.
43. Уховский Ф.С. Уроки ориентирования. – М., 1996.
44. Физическая подготовка туристов. – М., 1985.

Информационные источники (для учащихся)

1. Берн. Э. Лидер и группа. - Екатеринбург, 2000.
2. Борисов А.Ю. Роскошь человеческого общения. - М. 1998.
3. Грановская Р.М. Элементы практической психологии. - СПб, 1997.
4. Дерябо С., Ясвин В. Гроссмейстер общения. - М., 2002.
5. Кроль Л.М., Михайлова Е.Л. Человек-оркестр: микроструктура общения. - М. 1993.
6. Леви В. Искусство быть собой. – Луганск, 2000.
7. Леви В. Искусство быть другим. – Луганск, 2000.

Информационные источники (для родителей)

1. Роджерс Н. Творчество как усиление себя // Гуманистическая и трансперсональная психология / сост. Сельчёнок. К.В. - М., 2000.
2. Фомин И.А., Филин В.П. На пути к спортивному мастерству. – М., 1986
3. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. - М.,1997.
4. Цукерман Г.А. Психология саморазвития: задача для подростков и их педагогов. - Рига, 1995.
5. Кривцова С.В. Мухаматулина Е.А. Тренинг Навыки конструктивного взаимодействия с подростками. - М., 1999.
6. Крайг Г. Психология развития.- СПб, Питер, 2002

Используемые интернет-ресурсы

7. Алешин В.М. "Карта в спортивном ориентировании" http://tourlib.net/books_tourism/aleshyn.htm
8. Ганопольский В.И., Безносиков Е.Я. и др."Основы техники пешеходного и горного туризма" http://tourlib.net/books_tourism/ganopolsky07.htm
9. ИНСТРУКЦИЯ по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий.<http://my-edu.ru/cat/vneklassnaja-rabota/instruktsiya-po-organizacii-i-provedeniju-turistskih-pohodov-jekspedicii-i-j>
10. Организация исследовательской деятельности внеурочное время <http://www.tiuu.ru/content/pages/46.htm>
11. https://studme.org/400376/turizm/bezopasnost_detsko_yunosheskom_turizme
12. <https://scienceforum.ru/2015/article/2015017041>
13. <https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2022/05/15/obshchefizicheskie-uprazhneniya-ofp-na>
14. <https://infourok.ru/prezentaciya-po-turizmu-lichnoe-i-grupповое-turistskoe->

Методическое обеспечение программы «Сто дорог»
Первый год обучения

№ п/п	Тема программы	Форма занятия и технология их организации	Методы и приемы, технологии	Методическое оснащение (УМК)		
				Дидактический материал	Педагогический инструментальный оценки и формы подведения итогов	Методические материалы, техническое оснащение, в том числе информационные ресурсы
1. Общая туристская подготовка						
1.1	Цели и задачи занятия туризмом	Групповая Беседа	Словесные (объяснение понятий, беседа)	Тематическая подборка: «История развития туризма в России». Книги о русских путешественниках и исследователях. Конспект беседы: «Роль туристских походов, путешествий, экскурсий в формировании характера человека».	Текущий Опрос	Литературные источники. Видеоматериалы: Интернет- источники https://yandex.ru/video/preview/18142753556647118489 https://yandex.ru/video/preview/7243422642209243987
1.2	Обеспечение безопасности занятий туризмом	Групповая Беседа	Словесные (объяснение понятий, беседа),	Подборка инструкций, литературные источники Инструкция по охране труда №2,7,16,18,19.	Текущий тест- выявление имеющихся знаний о безопасности туризма.	Видеоматериалы: «Техника безопасности туристских путешествий» Интернет- источники https://studme.org/400376/turizm/bezopasnost_detsko_yunosheskom_turizme
1.3	Виды туризма	Групповая Беседа	Словесные (объяснение понятий, беседа)	Спортивный туризм: учебное пособие// под ред. Евсеева С.П., Федотова Ю.Н./ СПбГАФК им. П.Ф.Лесгафта, 1999. Программы для системы дополнительного образования детей: юные инструкторы туризма. – М., 2002.	Текущий: Опрос- «Виды туризма»	Видеоматериалы о видах туризма, сайт туристической фирмы «Снаряжение» https://scienceforum.ru/2015/article/2015017041
1.4	Групповое снаряжение для пеших походов	Групповая Беседа	Словесные (объяснение понятий, беседа)	Конспект беседы: «Подготовка группового снаряжения к походу с учетом сезона, условий похода». Ремонтный набор: пуговицы,	Текущий: Опрос- «Требования к групповому снаряжению»	Видеоматериалы о снаряжении туриста, сайт туристической фирмы «Снаряжение» Интернет-источники https://infourok.ru/prezentaciy

				нитки, шнуры, клей, проволока, плоскозубцы.		a-po-turizmu-lichnoe-i-grupповое-turistskoe-snyazhenie-4334403.html
1.5	Организация питания в походе	Групповая Беседа, практическая работа	Словесные (объяснение понятий, беседа) Практические (практические задания, упражнения) Разыгрывание ролей.	Конспект беседы: «Значение, режим и особенности питания в многодневном походе». Таблица: «Калорийность, вес и нормы дневного рациона».	Текущий: «Приготовление пищи на костре».	Электронная база данных по нормам дневного рациона Нормативно-правовые документы на сайте ДТДиМ Таблица «Суточный рацион на одного туриста». .Шимановский В.Ф., Ганопольский В.И. Питание в туристском путешествии. Нормативно-правовые документы по питанию в походе, рекомендации САНПИНа
1.6	Экипировка туриста-путешественника	Групповая Беседа, практическая работа	Словесные (объяснение понятий, беседа) Практические (практические задания, упражнения)	Конспект беседы: «Подготовка личного снаряжения к походу с учетом сезона, условий похода».	Текущий: Опрос- «Требования к личному снаряжению»	Видеоматериалы о снаряжении туриста, https://youtu.be/UxZ-sNFQ9Hs
2. Государственная символика РФ						
2.	История развития государственной символики	Групповая Беседа о развитии государственной символики	Словесные (объяснение понятий, беседа) Практические Устный опрос	Презентация Государственная символика РФ	Игра «Что лишнее? в изображении символов	https://youtu.be/j85bZZQCHT8 https://elck.ru/esxTC https://gerbu.ru/stran/rossiya/ \ https://geraldika.ru/
3. Первая помощь в походе						
3.1	Оказание первой помощи	Групповая Беседа Практическая работа	Словесные (объяснение понятий, беседа) Наглядные (демонстрация фотографий, Практические (практические задания)	Конспект беседы: «Заболевания и травмы в туристских походах». Памятка: «Помощь при переломах, ожогах, кровотечениях».	Итоговый: зачетное практическое занятие «Оказание первой помощи условно пострадавшим»	Архивные видеосюжеты: наложение шин при переломах, повязки при повреждении суставов верхних и нижних конечностей.
3.2	Основа гигиены в туристском походе	Групповая Беседа	Словесные (объяснение понятий, беседа)	Конспект беседы: «Закаливание водой, воздухом, солнцем».	Опрос: « О личной гигиене подростка»	Литературные источники, практические рекомендации Интернет - источники Презентация

						«Личная гигиена юного туриста» https://infourok.ru/prezentaciya-po-turizmu-na-temu-lichnaya-gigiena-turista-v-pohode-5095847.html
4. Топография и ориентирование						
4.1	Топография в походе.	Групповая Беседа Практическая работа, игра	Словесные (объяснение понятий, работа с книгой) Наглядные(демонстрация карт, иллюстраций) Практические (практические задания, упражнения)	Конспект беседы: «Спортивная карта, ее назначение, отличие от топографической карты». Таблица: «Условные знаки топографических карт: населенные пункты, гидрография, дорожная сеть и сооружения на ней, растительный покров, местные предметы.	Текущий: «Построение маршрута».	Электронная библиотека спортивных и топографических карт. Интернет- источники Таблица «Условные знаки спортивных карт». http://shensyaolon.ru/tourism/orienteering/conventional%20signs/uslovnje_znaki.pdf
4.2	Ориентирование с помощью спутникового навигатора	Групповая Беседа Практическая работа, игра	Словесные (объяснение понятий, работа с книгой) Практические (практические задания, упражнения)	Наглядное пособие: «Устройство GPSнавигатора, правила пользования им». «Принцип работы GPS навигатора».	Текущий: соревнования по GPS навигации	Методические рекомендации по прохождению дистанции на сайте Федерации Спортивной Спутниковой Навигации. Видео ролики обучающие https://disk.yandex.ru/i/Ead80jmOnFZeKQ
5. Краеведение						
5.1	Основы краеведения	Групповая Беседа Практическая работа	Словесные (объяснение понятий), Наглядные(демонстрация компьютерных презентаций, видеоматериалов)	Ленинградская область. История культура традиции, Первушина Е.В издательство паритет 2013год Н.А. Костерев. Рекомендации по составлению туристского отчета о походе. http://nkosterev.narod.ru/met/ot_rek.html Положение о проведении районной туристско-краеведческой конференции	Текущий:опрос	Электронная библиотека видеофильмов по краеведению (википедия) Интернет- источники Фотографии, видеосюжеты на тему «Родной край». Творческие отчёты групп обучающихся –как результат походно-экспедиционной деятельности

				«Походы и экспедиции»		
5.2	Обзор возможных районов путешествий	Групповая Беседа, практическая работа	Словесные (объяснение понятий, беседа)	Алешин В.М., Серебренников А.В. Туристская топография. — М., Профиздат, 1985 Презентация «Вуокса» Электронное демонстрационное средство: «Охраняемые природные территории».	Текущий: проведение краеведческих наблюдений. Творческий отчёт.	Электронная библиотека видеофильмов по отчетам о походах; по истории родного края (архивы музея) http://sutur.balticbereg.ru/konkurs-videofilmov-o-detskom-turizme
6. Психологическая подготовка						
6.1	Здоровье человека: психологическое и физическое.	Беседа, Практическое	Словесный, наглядный, практический	Таблица нормативов по физкультуре для школьников 2017-2018 (физическая культура) Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения / Под ред. М.М. Безруких, В.Д. Сонькина. – М.: ИВФ РАО, 2002. Д. А. Зинкевич. Электронный учебник для методического обеспечения ЭК по ФК «Атлетическая гимнастика» https://sites.google.com/site/atletikgymnastik2012/home	Текущий: Опрос	Видео презентация на тему «Здоровье человека» https://youtu.be/v5iFkhwtIxY
6.2	Условия, способствующие личностному развитию и самоопределению	Лекция, семинары, психологические игры, тренинги	Подготовка сообщений, участие в семинарах и тренингах	Фопель К. Создание команды. М, Генезис, 2003. Цзен И.В., Пахомов Ю.В. Психотренинг: игры и упражнения. М, Класс, 1998 Маслоу А. Мотивация и личность. СПб, Евразия, 1999 Лебедев В. Личность в экстремальных условиях. М, Политиздат, 1989. Райс Ф. Психология	Текущий: Психологическая игра	Тест СЖО Д. Леонтьева онлайн https://youtu.be/jWKZJuE1RP0

				детского и юношеского возраста. СПб, Питер, 2001.		
6.3	Развитие психических функций: внимание, память, воображение	Лекция, семинары, психологические игры, тренинги	Подготовка сообщений, участие в семинарах и тренингах	Ключников С. Путь к себе. М, Беловодье, 2002 Берн Э. Лидер и группа. Екатеринбург: ЛИТУР, 2000. Грановская Р.М. и др. Творчество и преодоление стереотипов. Дилман Б. Результаты на мишени. СПб, Изд-во Белый кролик, 1995 Алексеев А.В.Познай себя, или ключ к резервам психики/Серия «Психологический практикум». - Ростов-н/Д., 2004.	Текущий: Психологическая игра, тесты	Психологические тесты онлайн https://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/igry-na-vni-manie-i-pamjat
6.4	Развитие коммуникативных навыков	Лекция, семинары, психологические игры, тренинги	Подготовка сообщений, участие в семинарах и тренингах	Куницына В. Н. и др. Межличностное общение. СПб, Питер, 2001. Лебедев В. Личность в экстремальных условиях. М, Политиздат, 1989. Райс Ф. Психология детского и юношеского возраста. СПб, Питер, 2001. Грановская Р.М. и др. Творчество и преодоление стереотипов.	Текущий: Опрос	Книги, пособия, видеозаписи, аудиозаписи, учебные фильмы https://youtu.be/QodRU8lav7s https://youtu.be/B6uuIHpFkuo
6.5	Психологический климат туристской группы. Решение задач	Лекция, семинары, психологические игры, тренинги	Подготовка сообщений, участие в семинарах и тренингах	Теория и практика командообразования. Современная технология создания команд/Под ред. Т.Д.Зинкевич-Евстигнеевой. - СПб., 2004. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., и др. Технология создания команды.- СПб., 2002. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Эффективная команда: шаги	Текущий: Опрос	Книги, пособия, видеозаписи, аудиозаписи, учебные фильмы https://youtu.be/ro0ABHV2hFQ https://youtu.be/cUzcygQT4w0

				к созданию.-Спб., 2003. Карагулла Ш. Прорыв к творчеству. Киев, София, 1993. Маслоу А. Новые рубежи человеческой психики. М, Смысл, 1999 Маслоу А. Мотивация и личность. СПб, Евразия, 1999 Маслоу А.. По направлению к психологии бытия. М, Эксмо-пресс, 2002		
7. Общая физическая подготовка						
7.1	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений	Беседа, практическое задание	Словесный, наглядный, практический	Алексеев А.В. Познай себя или ключ к резервам психики. – Ростов н Д.,2004 Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. - М., 1989.	Текущий: опрос	Спортивное снаряжение, Электронная библиотека спортивных игр и физических упражнений
7.2	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках. Методы восстановления.	Беседа, практическое задание	Словесный, наглядный, практический	Малахов Г.П.. Создание собственной системы оздоровления. СПб: АО «Комплект», 1995 Ротенберг В.С., Бондаренко С.М. Мозг. Обучение. Здоровье. – М.,1989. Васильева О.С., Филатов Ф.Р. Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки: Учеб.пособие для студ. высш. учебн. заведений. - М., 2001. Дубровский В.И. Реабилитация в спорте. – М., 1996. Методика врачебно-педагогического контроля в туризме. – М., 1990. Миррахимов М.М.,	Текущий: опрос	Спортивное снаряжение, Электронная библиотека спортивных игр и физических упражнений

				Нольберг П.И. Горная медицина. -Фрунзе,1978. Основы медицинских знаний учащихся// под ред. Гоголева М.И. – М., 1991.		
7.3	Оздоровительное влияние бега на организм человека. Беговые тренировки	практическое задание	Словесный, наглядный, практический	Макаров А. Бег на средние и длинные дистанции. - М., «Физкультура и спорт», 2001. Зимкина Н.В. Физиологическая характеристика и методы определения выносливости в спорте – М.: Физкультура и спорт, 2002г. http://webdiana.ru/sport/7243-uprazhneniya-na-vynoslivost.html Лидьярд А., Гилмор Г. Бег с Лидьярдом.- М.,1987.	Текущий Сдача нормативов по бегу	Спортивное снаряжение, Электронная библиотека спортивных игр и физических упражнений
7.4	Задачи и средства общей физической подготовки. Физические упражнения	Беседа, практическое задание, эстафета	Словесный, наглядный, практический	Таблица нормативов по физкультуре для школьников 2017-2018 (физическая культура) 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; Цзен Н.В., Пахомов Ю.В. «Психотехнические игры в спорте». – М.: Физкультура и спорт, 1985. Физическая подготовка туристов. – М., 1985.	Текущий соревнования	Спортивное снаряжение, Электронная библиотека спортивных игр и физических упражнений

8. Специальная подготовка						
8.1	Организация туристского быта	Групповая Беседа, практическая работа.	Словесные (объяснение понятий, беседа) Практические (практические задания, упражнения)	Конспект беседы «Хранение кухонных и костровых принадлежностей».	Текущий: практическая работа «Заготовка дров - работа с пилой и топором»	Спортивное снаряжение, набор инструкций по безопасности пользования костровыми принадлежностями, пилой, топором Конспект занятия по организации туристского быта
8.2	Подготовка выезда, похода	Групповая Беседа, практическая работа.	Словесные (объяснение понятий, беседа)	Подбор группы и распределение обязанностей.	Текущий: заполнение маршрутной документации, смотр готовности группы	Подборка методических материалов, маршрутной документации, нормативно- правовая база
8.3	Техника пешего туризма	Комбинированное, интерактивная лекция	Словесный, наглядный, практический, игровой	Бардин К.В. Азбука туризма. - М., 1981 Раздаточный материал. http://tok-ermak.ucoz.ru/publ/6-1-0-19 Шамов А.А. - Способы и схемы вязки узлов и их применение в туристской технике. 2006 Презентация «Снаряжение для походов». Положение по этапу ДЮОСИ «Зарница».	Текущий - опрос на выявление понятий: маршруты линейные и кольцевые. Радиальные выходы Итоговый отработка техники движения и преодоления препятствий	https://youtu.be/XaKcpzH34Cs Методические рекомендации по тактике и технике в туристском походе Памятка: «Техника вязания узлов».
8.4	Тренировка навыков спортивного ориентирования	Групповая Беседа Практическая работа	Словесные (объяснение понятий, беседа) Наглядные (демонстрация фотографий, Практические (практические задания, упражнения)	Конспект беседы: «Причины, приводящие к потере в ориентировки».	Промежуточная аттестация: «Определение своего местонахождения по разным картам».	Памятка: «Порядок действий в случае потере ориенти- ровки». наглядные материалы- яндекс картинки
8.5	Тренировка навыков GPS ориентирования	Групповая Беседа	Словесные (объяснение понятий,	А.М.Петрова. GPS: Все, что Вы хотели знать, но боялись	Промежуточный: учебные соревнования	Инструкции по безопасному проведению соревнований

		Практическая работа	беседа) Наглядные (демонстрация фотографий, иллюстраций) Практические (практические задания, упражнения)	спросить. Неофициальное пособие по глобальной системе местоопределения. Издательство: Бук-Пресс и К, 2005 г. Положение по соревнованиям. http://www.studfiles.ru/preview/4496468/page:35/	Протоколы соревнований	по GPS ориентированию.
9.	Профорориентационное занятие	Групповая Беседа Практическая работа	Словесные: беседа, Практические - игра	Материалы о ЗОЖ, о профессиях в области спорта, туризма Волков Б. С. Выбираем профессию. Основы профорориентации / Б.С. Волков. - М.: Говорящая книга, 2017	Игровая практика	Подборка игр по профорориентации в области туризма Игры на знакомство с профессиями: «Разные профессии?», «Детективы», «Что лишнее?», «Все профессии нужны, все профессии важны?»
10.	Итоговое занятие	Групповая Беседа	Словесные (объяснение понятий, беседа)	Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. - М., 1995. Константинов Ю.С. Туристско-краеведческая деятельность учащихся в системе дополнительного образования детей. – М., 2001.	Итоговый: «Составление творческого отчета о проведенном походе»	Тематическая подборка методических материалов по составлению творческих отчетов

Второй год обучения

№ п/п	Тема программы	Форма занятия и технология их организации	Методы и приемы, технологии	Методическое оснащение (УМК)		
				Дидактический материал	Педагогический инструментальный оценки и формы подведения итогов	Методические материалы, техническое оснащение, в том числе информационные ресурсы
1. Общая туристская подготовка						
1.1	История развития туризма	Групповая Беседа	Словесные (объяснение понятий, беседа)	Тематическая подборка: «История развития туризма в России». Книги о русских путешественниках и исследователях.	Текущий Опрос	Литературные источники. Интернет источники

				Конспект беседы: «Роль туристских походов, путешествий, экскурсий в формировании характера человека».		
1.2	Обеспечение безопасности занятий туризмом	Групповая Беседа	Словесные (объяснение понятий, беседа)	Подборка инструкций, литературные источники Инструкция по охране труда №2,7,16,18,19.	Текущий тест- выявление имеющихся знаний о безопасности туризма.	Видеоматериалы: «Техника безопасности туристских путешествий» Интернет- источники https://studme.org/400376/turizm/bezopasnost_detsko_yunosheskom_turizme
1.3	Групповое снаряжение для водных походов	Групповая Беседа	Словесные (объяснение понятий, беседа)	Конспект беседы: «Подготовка группового снаряжения к походу с учетом сезона, условий похода». Ремонтный набор: пуговицы, нитки, шнуры, клей, проволока, плоскозубцы.	Текущий: Опрос- «Требования к групповому снаряжению»	Видеоматериалы о снаряжении туриста, сайт туристической фирмы «Снаряжение» Интернет-источники https://yandex.ru/video/preview/8010932180585795880
1.4	Организация питания в походе	Групповая Беседа, практическая работа	Словесные (объяснение понятий, беседа) Практические (практические задания, упражнения) Разыгрывание ролей.	Конспект беседы: «Значение, режим и особенности питания в многодневном походе». Таблица: «Калорийность, вес и нормы дневного рациона».	Текущий: «Приготовление пищи на костре».	Электронная база данных по нормам дневного рациона Нормативно-правовые документы на сайте ДТДиМ Таблица «Суточный рацион на одного туриста». .Шимановский В.Ф., Ганопольский В.И. Питание в туристском путешествии. Нормативно-правовые документы по питанию в походе, рекомендации САНПИНа
1.5	Экипировка туриста-путешественника	Групповая Беседа, практическая работа	Словесные (объяснение понятий, беседа) Практические (практические задания, упражнения)	Конспект беседы: «Подготовка личного снаряжения к походу с учетом сезона, условий похода».	Текущий: Опрос- «Требования к личному снаряжению»	Видеоматериалы о снаряжении туриста, https://youtu.be/UxZ-sNFQ9Hs

2.	Историческое и культурное наследие страны	Групповая Беседа о патриотическом отношении к малой родине. Беседа о развитии государственной символики	Словесные (объяснение понятий, беседа) Игра – продолжи фразу «Я горжусь своей страной, потому что...»	Презентация Государственная символика РФ	Контрольная игра	https://arhlib.ru/wp-content/uploads/2020/08/tri-czvet-a-rossijskoj-slavy.pdf https://www.rsl.ru/ru/all-news/n232
3. Первая помощь						
3.1	Оказание первой доврачебной помощи	Групповая Беседа Практическая работа	Словесные (объяснение понятий), Наглядные (демонстрация фотографий, Практические (практические задания, упражнения)	Конспект беседы: «Оказание помощи при носовом и внутреннем кровотечении». Рисунки: наложение шин при переломах. Повязки при повреждении суставов верхних и нижних конечностей.	Памятка: «Помощь при переломах, ожогах, кровотечениях». Итоговый: зачетное практическое занятие оказание первой помощи при травмах.	Электронная библиотека видеоматериалов об оказании помощи при травмах различных органов
3.2	Основа гигиены в туристском походе	Групповая Беседа	Словесные (объяснение понятий, беседа)	Конспект беседы: «Закаливание водой, воздухом, солнцем».	Опрос: « О личной гигиене подростка»	Литературные источники, практические рекомендации Интернет - источники Презентация «Личная гигиена юного туриста» https://infourok.ru/prezentaciya-po-turizmu-na-temu-lichnaya-gigiena-turista-v-pohode-5095847.html
4. Топография и ориентирование						
4.1	Топография в походе.	Групповая Беседа Практическая работа, игра	Словесные (объяснение понятий, беседа) Наглядные (демонстрация карт, фотографий) Практические (практические задания)	Конспект беседы: «Определение масштаба топографической карты при отсутствии данных». Карты с различными формами рельефа.	Текущий: тесты на местности со спортивными картами разных масштабов	Электронная библиотека игр и упражнений на местности с использованием спортивных карт (википедия)
4.2	Ориентирование с помощью спутникового навигатора	Групповая Беседа Практическая работа, игра	Словесные (объяснение понятий, работа с книгой) Практические (практические задания, упражнения)	Наглядное пособие: «Устройство GPSнавигатора, правила пользования им». «Принцип работы GPS навигатора».	Текущий: соревнования по GPS навигации	Методические рекомендации по прохождению дистанции на сайте Федерации Спортивной Спутниковой Навигации.

						Видео ролики обучающие https://disk.yandex.ru/i/iPTSVmAdecpNxg
5. Краеведение						
5.1	Основы краеведения	Групповая Беседа Экскурсия	Словесные (объяснение понятий, бесед) Наглядные (демонстрация компьютерных презентаций) Практические (практические задания)	Конспект беседы: «Промышленные и сельскохозяйственные предприятия родного края». Тематическая подборка: «Памятники истории и культуры».	Текущий: «Походы и экскурсии по памятным местам, достопримечательностям края»	Электронная библиотека видеофильмов о памятных местах и достопримечательностях Колпино в архиве отдела туризма и краеведения
5.2	Обзор возможных районов путешествий	Групповая Беседа, практическая работа	Словесные (объяснение понятий, беседа)	Алешин В.М., Серебrenиков А.В. Туристская топография. — М., Профиздат, 1985 Презентация «Вуокса» Электронное демонстрационное средство: «Охраняемые природные территории».	Текущий: проведение краеведческих наблюдений. Творческий отчёт.	Электронная библиотека видеофильмов по отчетам о походах; по истории родного края (архивы музея) http://sutur.balticbereg.ru/konkurs-videofilmov-o-detskom-turizme
6. Психологическая подготовка						
6.1	Мотивация роста и развития личности	Беседа, Практическое	Словесный, наглядный, практический	Фопель К. Создание команды. М, Генезис, 2003. Цзен И.В., Пахомов Ю.В. Психотренинг: игры и упражнения. М, Класс, 1998 Маслоу А. Мотивация и личность. СПб, Евразия, 1999 Лебедев В. Личность в экстремальных условиях. М, Политиздат, 1989. Райс Ф. Психология детского и юношеского возраста. СПб, Питер, 2001.	Текущий: Психологическая игра	https://yandex.ru/video/preview/18395642339118084270 https://yandex.ru/video/preview/907019855215337142
6.2	Активная и пассивная жизненная позиция	Лекция, семинары, психологические игры, тренинги	Подготовка сообщений, участие в семинарах и тренингах	Фопель К. Создание команды. М, Генезис, 2003. Цзен И.В., Пахомов Ю.В. Психотренинг: игры и упражнения. М, Класс, 1998 Маслоу А. Мотивация и	Текущий: Психологическая игра	Тест СЖО Д. Леонтьева онлайн https://youtu.be/jWKZJuE1RP0 https://yandex.ru/video/preview/7285478543164727550

				личность. СПб, Евразия, 1999 Лебедев В. Личность в экстремальных условиях. М, Политиздат, 1989. Райс Ф. Психология детского и юношеского возраста. СПб, Питер, 2001.		
6.3	Развитие психических функций: внимание, память, воображение	Лекция, семинары, психологические игры, тренинги	Подготовка сообщений, участие в семинарах и тренингах	Ключников С. Путь к себе. М, Беловодье, 2002 Берн Э. Лидер и группа. Екатеринбург: ЛИТУР, 2000. Грановская Р.М. и др. Творчество и преодоление стереотипов. Дилман Б. Результаты на мишени. СПб, Изд-во Белый кролик, 1995 Алексеев А.В. Познай себя, или ключ к резервам психики/Серия «Психологический практикум». - Ростов-н/Д., 2004.	Текущий: Психологическая игра	Психологические тесты онлайн https://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/igry-na-vni-manie-i-pamjat https://yandex.ru/video/preview/11839531241817492938
6.4	Развитие коммуникативных навыков	Лекция, семинары, психологические игры, тренинги	Подготовка сообщений, участие в семинарах и тренингах	Куницына В. Н. и др. Межличностное общение. СПб, Питер, 2001. Лебедев В. Личность в экстремальных условиях. М, Политиздат, 1989. Райс Ф. Психология детского и юношеского возраста. СПб, Питер, 2001. Грановская Р.М. и др. Творчество и преодоление стереотипов.	Текущий: Опрос	Книги, пособия, видеозаписи, аудиозаписи, учебные фильмы https://youtu.be/QodRU8lav7s https://youtu.be/B6uuIHpFkuo
6.5	Психологический климат туристской группы. Решение задач	Лекция, семинары, психологические игры, тренинги	Подготовка сообщений, участие в семинарах и тренингах	Теория и практика командообразования. Современная технология создания команд/Под ред. Т.Д.Зинкевич-Евстигнеевой.	Текущий: Опрос	Книги, пособия, видеозаписи, аудиозаписи, учебные фильмы https://youtu.be/ro0ABHV2hFQ

				<p>- СПб., 2004. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., и др. Технология создания команды.- СПб., 2002. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Эффективная команда: шаги к созданию.-Спб., 2003. Карагулла Ш. Прорыв к творчеству. Киев, София, 1993. Маслоу А. Новые рубежи человеческой психики. М, Смысл, 1999 Маслоу А. Мотивация и личность. СПб, Евразия, 1999 Маслоу А.. По направлению к психологии бытия. М, Эксмо-пресс, 2002</p>		https://youtu.be/yDF3v_P6RH o
7. Общая физическая подготовка						
7.1	Оздоровительное влияние бега на организм человека. Беговые тренировки	Практическое	Словесный, наглядный, практический	<p>Макаров А. Бег на средние и длинные дистанции. - М., «Физкультура и спорт», 2001. Зимкина Н.В. Физиологическая характеристика и методы определения выносливости в спорте – М.: Физкультура и спорт, 2002г. http://webdiana.ru/sport/7243-uprazhneniya-na-vynoslivost.html Лидьярд А., Гилмор Г. Бег с Лидьярдом.- М.,1987.</p>	Текущий Сдача нормативов по бегу	Спортивное снаряжение, Электронная библиотека спортивных игр и физических упражнений
7.2	Задачи и средства общей физической подготовки. Физические упражнения	Беседа, Практическое, эстафета	Словесный, наглядный, практический	<p>Таблица нормативов по физкультуре для школьников 2017-2018 (физическая культура) Грищенко О.М., Голикова Е. М., Бровиков Д.В. Туризм</p>	Текущий соревнования	Спортивное снаряжение, Электронная библиотека спортивных игр и физических упражнений

				как средство формирования двигательной активности учащихся Оренбургский государственный педагогический университет, Оренбургский государственный университет, г. Оренбург; Цзен Н.В., Пахомов Ю.В. «Психотехнические игры в спорте». – М.: Физкультура и спорт, 1985. Физическая подготовка туристов. – М., 1985.		
8. Специальная подготовка						
8.1	Организация туристского быта	Групповая Беседа Практическая работа	Словесные (объяснение понятий, рассказы из личного опыта, беседа) Практические (практические задания, упражнения)	Конспект беседы: «Организация бивака на дневки, полудневки, организация бани».	Текущий: практическое задание «Развертывание и свертывание лагеря».	Спортивное снаряжение. Инструкции по организации бивака.
8.2	Подготовка выезда, похода	Групповая Беседа Практическая работа	Словесные (объяснение понятий, беседа)	Правила заполнения заявочной и маршрутной книжки. Образцы маршрутной документации.	Промежуточная аттестация: Практическое задание смотр готовности группы.	Электронная библиотека материалов методического обеспечения подготовки и проведения НМ в рамках ЛОК
8.3	Техника пешего туризма	Групповая Беседа Практическая работа	Словесные (объяснение понятий, беседы) Наглядные (демонстрация фотографий), Практические (практические задания, упражнения)	Конспект беседы: «Переправы через реки, по кладям, бревнам, камням». «Организация страховки при организации переправ и движении по воде».	Текущий: практическое задание «отработка техники движения и преодоления препятствий»	Тематическая подборка информационных и методических материалов по организации туристских походов Памятка: «Правила поведения на воде, организация купания». https://youtu.be/XaKcpzH34Cs
8.4	Тактика и техника водного туризма	Групповая Беседа	Словесные (объяснение понятий, беседы)	Антонов В.В., Романов В.В. Маломерные суда на водоемах России. ЗАО	Текущий: практическое задание «отработка техники	https://yandex.ru/video/preview/5536511447607617347 Тематическая подборка

		Практическая работа	Наглядные (демонстрация фотографий), Практические (практические задания, упражнения)	Капитал Принт. Москва, 2006г. http://www.studfiles.ru/preview/6211806/page:3/ Методические рекомендации по круглогодичной подготовке туриста-водника. – М.: ЦРИБ «Турист», 1981. Презентация «Водные препятствия на бурной воде»	движения и преодоления препятствий на воде»	информационных и методических материалов по организации туристских водных походов Памятка: «Правила поведения на воде, организация купания».
8.5	Организация туристского быта, нахождение в природной среде	Групповая Беседа Практическая работа	Словесные (объяснение понятий, беседы) Наглядные (демонстрация фотографий), Практические (практические задания, упражнения)	Алексеев А.А. Питание в туристском походе. http://www.barrier.org.ru/text/method/alexeev/index.htm Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. Пешеходный туризм. http://skitalets.ru/books/tur_sorevnovania/index.htm Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов. http://skitalets.ru/books/organizatsiya_popchik/index.htm http://hibaratxt.narod.ru/organizatsiya/index.html Штюмер Ю.А. Карманный справочник туриста. http://hibaratxt.narod.ru/karemanprav/index.html http://skitalets.ru/books/spravshtrum/index.htm http://www.outdoors.ru/book/sptur/index.php	Текущий: «Движение в походе в условиях плохой видимости»- контрольный опрос	Методическая подборка материалов по тактике движения и технике преодоления естественных препятствий в путешествии
8.6	Участие в соревнованиях, проведение и организация соревнований, участие в контрольных	Групповая Беседа Практическая работа	Словесные (объяснение понятий, беседа) Наглядные (демонстрация фотографий, иллюстраций) Практические	Конспект беседы: «Виды дистанций соревнований по спортивному туризму». Памятка: «Тактические действия спортсмена до старта, на	Промежуточный: Участие в соревнованиях по пешему туризму, контрольных маршрутах, протоколы соревнований	Инструкции по безопасности проведения соревнований по пешему туризму.

	туристских маршрутах		(практические задания, упражнения)	старте, на дистанции и контрольных пунктах».		
9.	Профориентационное занятие «Спорт-это не призвание, спорт - это образ жизни	Групповая Беседа Практическая работа: игровая практика	Словесные: беседа, Практическая -игра: «Что я хочу, что мне для этого – надо?»	Материалы о профессиях в области спорта, туризма и личные качества обучающегося необходимые в спорте	Практическая игровая практика	http://www.proftime.edu.ru сайт для старшеклассников и специалистов по профориентационной работе« Время выбрать профессию»
10.	Итоговое занятие	Групповая Практическая работа	Практические (практические задания, упражнения)	Маршрутная документация	Итоговый: «Составление творческого отчета о проведенном походе»	Тематическая подборка методических материалов по составлению творческих отчетов

Третий год обучения.

№ п/п	Тема программы	Форма занятия и технология их организации	Методы и приемы, технологии	Методическое оснащение (УМК)		
				Дидактический материал	Педагогический инструментальный оценки и формы подведения итогов	Методические материалы, техническое оснащение, в том числе информационные ресурсы
1. Общая туристская подготовка						
1.1	Обеспечение безопасности занятий туризмом	Групповая Беседа	Словесные (объяснение понятий, беседа)	Подборка инструкций, литературные источники Инструкция по охране труда №2,7,16,18,19.	Текущий тест- выявление имеющихся знаний о безопасности туризма.	Видеоматериалы: «Техника безопасности туристских путешествий» Интернет- источники https://studme.org/400376/turizm/bezopasnost_detsko_yunosheskom_turizme
1.2	Виды туризма	Групповая Беседа	Словесные (объяснение понятий, беседа)	Спортивный туризм: учебное пособие// под ред. Евсеева С.П., Федотова Ю.Н./ СПбГАФК им. П.Ф.Лесгафта, 1999. Программы для системы дополнительного образования детей: юные инструкторы туризма. – М., 2002.	Текущий: Опрос- «Виды туризма»	Видеоматериалы о видах туризма, сайт туристической фирмы «Снаряжение» https://scienceforum.ru/2015/article/2015017041
1.3	Групповое снаряжение для лыжных и горных походов	Групповая Беседа	Словесные (объяснение понятий, беседа)	Конспект беседы: «Подготовка группового снаряжения к походу с учетом сезона, условий	Текущий: Опрос- «Требования к групповому снаряжению»	Видеоматериалы о снаряжении туриста, сайт туристической фирмы «Снаряжение»

				похода». Ремонтный набор: пуговицы, нитки, шнуры, клей, проволока, плоскозубцы.		Интернет-источники https://yandex.ru/video/preview/4109887596412036404 https://yandex.ru/video/preview/8624539632690160804
1.4	Организация питания в походе	Групповая Беседа Практическая работа	Словесные (объяснение понятий, беседа) Практические (практические задания, упражнения)	Конспект беседы: «Специфика питания в сложном походе с учетом энергозатрат организма».	Текущий: контрольный тест – «составление меню»	Требования Роспотребнадзора Нормативные документы
1.5	Оказание первой доврачебной помощи	Групповая Беседа, Практическая работа	Словесные (объяснение понятий, работа с книгой) Наглядные (демонстрация фотографий, иллюстраций) Практические (практические задания, упражнения)	Конспект беседы: «Порядок измерения температуры, пульса, артериального давления». «Согревающие и охлаждающие процедуры, их применение». Рисунки: повязки при повреждении суставов верхних и нижних	Текущий: практическое задание комплектация медицинской аптечки.	Памятка: «Правила наложения повязок на голову, нижние и верхние конечности, грудь, спину, живот». конечностей.
1.6	Основы топографии и краеведческих наблюдений в походе	Групповая Беседа, практическая работа	Словесные (беседа) Практические (практические задания, упражнения)	Конспект беседы: «Рельеф, растительность, животный мир родного края».	Текущий: практическое задание Сбор и фиксация краеведческой информации	Таблицы для занесения информации по краеведческим наблюдениям, справочная литература https://nsportal.ru/shkola/kraevedenie/library/2016/05/13/konspekt-zanyatiya-na-temu-kraevedcheskaya-rabota-v-pohode
1.7	Ремонт, усовершенствование и изготовление туристского снаряжения.	Групповая Беседа Практическая работа	Словесные (объяснение понятий, беседа) Практические (практические задания, упражнения)	Конспект беседы «Изготовление и ремонт туристского снаряжения»	Текущий: практическое задание Изготовление, усовершенствование личного и группового снаряжения.	Средства для ремонта туристского снаряжения Состав ремнабора
1.8	Итоговое занятие	Групповая Практическая работа	Практические (практические задания, упражнения)	Критерии оценки отчетов по итогам путешествия	Промежуточный: Творческий отчет по итогам похода	Методические рекомендации по составлению письменного

						и устного отчета
2. Государственная символика РФ						
2.	Правовая культура	Групповая Беседа Практическая работа	Беседы о правовой культуре: основные задачи правового воспитания Практика-тестирование	Подборка литературы по правовой просвещённости, гражданских правах и свободах	Элементарная диагностика знаний - тестирование на выявление знаний о правовой просвещённости (знаний о гражданских правах, свободах и обязанностях человека и способах их реализации)	http://project.rsl.ru/index.php?f=42 https://samgd.ru/upload/files/164000/164557/Государственная%20символика%20РФ Путеводитель%20по%20интернет-ресурсы.pdf https://arhlib.ru/wp-content/uploads/2020/08/triczveta-rossijskoj-slavy.pdf https://www.rsl.ru/ru/all-news/n232
3. Психология и командообразование						
3.1	Вечер у костра: тематические занятия	Групповая Беседа Практическая работа	Практические (практические задания, упражнения)	Ключников С. Путь к себе. М, Беловодье, 2002 Берн Э. Лидер и группа. Екатеринбург: ЛИТУР, 2000. Грановская Р.М. и др. Творчество и преодоление стереотипов. Дилман Б. Результаты на мишени. СПб, Изд-во Белый кролик, 1995 Алексеев А.В.Познай себя, или ключ к резервам психики/Серия «Психологический практикум». - Ростов-н/Д., 2004.	Текущий: Опрос	https://yandex.ru/video/preview/18395642339118084270 https://yandex.ru/video/preview/907019855215337142 Книги, пособия, видеозаписи, аудиозаписи, учебные фильмы
3.2	Путешествие как возможность обрести себя	Групповая Беседа Практическая работа	Практические (практические задания, упражнения)	СПБ, Евразия, 1999 Лебедев В. Личность в экстремальных условиях. М, Политиздат, 1989. Райс Ф. Психология детского и юношеского возраста. СПб, Питер, 2001.	Текущий: Опрос	Книги, пособия, видеозаписи, аудиозаписи, учебные фильмы https://anchikti.gra.livejournal.com/1297302.html https://yandex.ru/video/preview/12167666041057957771
3.3	Мотивация роста и реализация своего потенциала	Групповая Беседа Практическая работа	Практические (практические задания, упражнения)	Фопель К. Создание команды. М, Генезис, 2003. Цзен И.В., Пахомов Ю.В. Психотренинг: игры и	Текущий: Психологическая игра	https://yandex.ru/video/preview/18395642339118084270 https://yandex.ru/video/preview/907019855215337142

				упражнения. М, Класс, 1998 Маслоу А. Мотивация и личность.		
3.4	Активная и пассивная жизненная позиция	Групповая Беседа Практическая работа	Практические (практические задания, упражнения)	Козлов Н.И.. Практическая психология на каждый день. М, Новая школа, 1994. Куницына В. Н. и др. Межличностное общение. СПб, Питер, 2001. Фопель К.Создание команды. Психологические игры и упражнения. - М., 2002. Слакв С.П.Психология малой группы: Учебное пособие для вузов/Под ред. И.А. Рябовой, С.Н.Путилиной.-М., 2004.	Текущий: Психологическая игра	Тест СЖО Д. Леонтьева онлайн https://youtu.be/jWKZJuE1RP0 https://yandex.ru/video/preview/7285478543164727550
3.5	Проблема личной ответственности	Групповая Беседа Практическая работа	Практические (практические задания, упражнения)	Ле Роджерс Н. Творчество как усиление себя // Гуманистическая и трансперсональная психология / сост. Сельчёнок. К.В. - М., 2000. Алексеев А.В.Познай себя, или ключ к резервам психики/Серия «Психологический практикум». - Ростов-н/Д., 2004.	Текущий: Опрос	Книги, пособия, видеозаписи, аудиозаписи, учебные фильмы https://yandex.ru/video/preview/3676307203196201577
3.6	Развитие коммуникативных навыков	Групповая Беседа Практическая работа	Практические (практические задания, упражнения)	Куницына В. Н. и др. Межличностное общение. СПб, Питер, 2001. Лебедев В. Личность в экстремальных условиях. М, Политиздат, 1989. Райс Ф. Психология детского и юношеского возраста. СПб, Питер, 2001. Грановская Р.М. и др. Творчество и преодоление	Текущий: Опрос	Книги, пособия, видеозаписи, аудиозаписи, учебные фильмы https://youtu.be/QodRU8lav7s https://youtu.be/B6uulHpfkuo

				стереотипов.		
3.7	Тренинг лидерских качеств	Групповая Беседа Практическая работа	Практические (практические задания, упражнения)	Фопель К. Создание команды. М, Генезис, 2003. Цзен И.В., Пахомов Ю.В. Психотренинг: игры и упражнения. М, Класс, 1998 Маслоу А. Мотивация и личность. СПб, Евразия, 1999 Джеймс М., Джонгвард Д. Рожденные выигрывать. М, Универс, 1993.	Текущий: Психологическая игра	Книги, пособия, видеозаписи, аудиозаписи, учебные фильмы https://youtu.be/ro0ABHV2hFQ https://youtu.be/yDF3v_P6RH0
3.8	Укрепление групповой сплоченности	Групповая Беседа Практическая работа	Практические (практические задания, упражнения)	Теория и практика командообразования. Современная технология создания команд/Под ред. Т.Д.Зинкевич-Евстигнеевой. - СПб., 2004. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., и др. Технология создания команды.- СПб., 2002. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Эффективная команда: шаги к созданию.-Спб., 2003. Карагулла Ш. Прорыв к творчеству. Киев, София, 1993.	Текущий: Психологическая игра	Книги, пособия, видеозаписи, аудиозаписи, учебные фильмы https://yandex.ru/video/preview/18025908551591832770
3.9	Методы диагностики и коррекции своего эмоционального состояния	Групповая Беседа Практическая работа	Практические (практические задания, упражнения)	Дусавицкий А. Формула интереса. М, Феникс, 1998. Леви В. Искусство быть собой. СПб, Питер, 1993. Роджерс К. Становление человека. Взгляд на психотерапию. М, Универс, 1994	Текущий: Опрос	Книги, пособия, видеозаписи, аудиозаписи, учебные фильмы https://yandex.ru/video/preview/14561616742180414378
3.10	Закономерности группового развития	Групповая Беседа Практическая работа	Практические (практические задания, упражнения)	Леви В. Нестандартный ребенок. СПб, Питер, 1993. Роджерс К., Фрейберг Дж. Свобода учиться. М, Смысл, 2002. Снайдер Р. Ребенок как личность: становление	Текущий: Опрос	Книги, пособия, видеозаписи, аудиозаписи, учебные фильмы https://youtu.be/sY5MmhLQBng

				культуры справедливости и воспитание совести. – М., 1994.		
4. Поисково-спасательные работы						
4.1	Техника организации и проведения поисково-спасательных работ	Групповая Беседа, Практическая работа	Словесные (объяснение понятий, работа с книгой) Практические (практические задания, упражнения)	Видео фильм: Основы спасательных работ» Карточки со схемами самостраховки спасателей и правильной страховки пострадавших	Текущий: тест	Презентация «Тактические приемы спасательных работ» http://lektsii.org/3-59443.html Справочник спасателя
4.2	Аварийный бивак, основы	Групповая Беседа Практическая работа	Словесные (объяснение понятий, рассказы из личного опыта, беседа) Практические (практические задания), Мозговой штурм. Психологический тренинг участников	Конспект беседы: «Психологический климат в группе и обеспечение участников похода». «Причины возникновения экстремальных ситуаций в походе».	Текущий практическое задание отработка умений выживания в экстремальных ситуациях.	Методические рекомендации о порядке действий при возникновении экстремальных ситуаций, материалы на сайте ДТДиМ
4.3	Техника и тактика преодоления препятствий путешествий	Групповая Практическая работа	Практические (практические задания, упражнения)	Критерии оценки отработки навыков техники преодоления препятствий	Текущий: «Совершенствование навыков преодоления естественных препятствий, организации страховки и самостраховки при прохождении опасных участков» - зачётный тест	Инструктивно-методические материалы по технике и тактике туристских походов
4.4	Первая помощь в туризме	Групповая Беседа	Словесные (объяснение понятий, беседа)	Конспект беседы: «Горные дезадаптации: признаки, первая помощь». «Признаки инфекционных заболеваний и оказание первой помощи пострадавшим».	Текущий: Контрольные вопросы по профилактике травматизма и заболеваний	Памятка: «Признаки инфекционных заболеваний и оказание первой помощи пострадавшим
4.5	Особенности ориентирования в сложных условиях	Групповая Беседа Практическая работа	Словесные (объяснение понятий, работа с книгой) Наглядные (демонстрация фотографий, иллюстраций) Практические	Конспект беседы: «Ориентирование на участках таежных предгорий при отсутствии крупномасштабных карт». «Ориентирование на горных участках».	Текущий: практическое задание «Отработка различных способов ориентирования на местности в условиях похода».	Методические рекомендации по ориентированию в сложном походе.

			(практические задания, упражнения)	Карты, фотоизображения отдельных участков маршрута.		
5. Общая физическая подготовка						
5.1	Общая физическая подготовка и поддержание спортивной формы в течение года	Беседа, практическое	Словесный, наглядный, практический	Алексеев А.В. Познай себя или ключ к резервам психики. – Ростов н \Д., 2004 Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. - М., 1989.	Текущий: опрос	Спортивное снаряжение, Электронная библиотека спортивных игр и физических упражнений
5.2	Предупреждение травм на тренировках и в походах, средства и условия восстановления организма после нагрузки	Беседа, практическое	Словесный, наглядный, практический	Малахов Г.П.. Создание собственной системы оздоровления. СПб: АО «Комплект», 1995 Ротенберг В.С., Бондаренко С.М. Мозг. Обучение. Здоровье. – М., 1989. Васильева О.С., Филатов Ф.Р. Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки: Учеб. пособие для студ. высш. учебн. заведений. - М., 2001. Дубровский В.И. Реабилитация в спорте. – М., 1996. Методика врачебно-педагогического контроля в туризме. – М., 1990. Миррахимов М.М., Нольберг П.И. Горная медицина. -Фрунзе, 1978. Основы медицинских знаний учащихся// под ред. Гоголева М.И. – М., 1991.	Текущий: опрос	Спортивное снаряжение, Электронная библиотека спортивных игр и физических упражнений
5.3	Оздоровительное влияние бега на организм человека	Практическое	Словесный, наглядный, практический	Макаров А. Бег на средние и длинные дистанции. - М., «Физкультура и спорт», 2001. Зимкина Н.В.	Текущий Сдача нормативов по бегу	Спортивное снаряжение, Электронная библиотека спортивных игр и физических упражнений

				<p>Физиологическая характеристика и методы определения выносливости в спорте – М.: Физкультура и спорт, 2002г. http://webdiana.ru/sport/7243-uprazhneniya-na-vynoslivost.html Лидьярд А., Гилмор Г. Бег с Лидьярдом. - М.,1987.</p>		
5.4	Физические упражнения	Беседа, Практическое, эстафета	Словесный, наглядный, практический	<p>Таблица нормативов по физкультуре для школьников 2017-2018 (физическая культура) 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; Цзен Н.В., Пахомов Ю.В. «Психотехнические игры в спорте». – М.: Физкультура и спорт, 1985. Физическая подготовка туристов. – М., 1985.</p>	Текущий соревнования	Спортивное снаряжение, Электронная библиотека спортивных игр и физических упражнений
6. Специальная туристская подготовка						
6.1	Организация туристского быта	Групповая Беседа	Словесные (объяснение понятий, беседа). Разыгрывание ролей.	Конспект беседы: «Хозяйственная и техническая подготовка путешествия. Проверка личной и групповой готовности к путешествию».	Промежуточная аттестация: практическое задание «Разработка маршрута, графика по дням, запасного и аварийного варианта».	Нормативно-правовые документы, материалы на сайте ДТДиМ
6.2	Участие в соревнованиях,	Групповая Практическая	Практические (практические задания,	Технический регламент соревнований, условия	Промежуточный: Участие в соревнованиях по	Карты по спортивному ориентированию, чипы,

	проведение и организация соревнований, участие в контрольных туристских маршрутах	работа	упражнения)	проведения соревнований	туризму – протоколы соревнований	станции электронной отметки. Инструкции по безопасности проведения соревнований по пешему туризму.
6.3	Тактика и техника лыжного туризма	Групповая Беседа Практическая работа	Словесные (объяснение понятий, беседа) Наглядные (демонстрация фотографий, Практические (практические задания, упражнения)	Положение по городскому мероприятию «Звездный лыжный поход». Лукоянов П.И. Лыжные спортивные походы. - М., 1988. Лукоянов П.И. Безопасность в лыжных походах и чрезвычайных ситуациях зимних условий. М.: ЦДЮТур РФ, 1998	Текущий: практическое задание отработка техники спуска и подъема на лыжах по склону	Тематическая подборка информационных и методических материалов по организации лыжных туристских походов https://youtu.be/FjRsSLUBihw
6.4	Тактика и техника пешего и горного туризма	Групповая Беседа Практическая работа	Словесные (объяснение понятий, беседа) Наглядные (демонстрация фотографий, Практические (практические задания, упражнения)	Директор Л.Б. Снаряжение для горного туризма. http://skitalets.ru/books/equipment_direktor/index.htm Горный туризм. Сост. Я. Тятте. - Таллинн: Ээсти раамат, 1980. Волков Н.Н. Спортивные походы в горах. http://skitalets.ru/books/gorn_tourism/index.htm Буянов Е. Техника горных маршрутов. http://www.alpklubspb.ru/gt/tgm.htm	Текущий: практическое задание «отработка техники движения и преодоления препятствий по горной местности»	Тематическая подборка информационных и методических материалов по организации горных туристских походов Памятка: «Правила поведения на воде, организация купания». https://youtu.be/XaKcpzH34Cs
6.5	Тактика и техника водного туризма	Групповая Беседа Практическая работа	Словесные (объяснение понятий, беседа) Наглядные (демонстрация фотографий, иллюстраций) Практические (практические задания,	Веткин В. А. Водные спортивные походы: как управлять уровнем их опасности. – М.: Советский спорт, 2011. Водный туризм /под ред. В.Н. Григорьева – М.: Профиздат, 1990. Презентация «Виды	Текущий: практическое задание «отработка техники движения и преодоления препятствий на воде»	https://yandex.ru/video/preview/5536511447607617347 Тематическая подборка информационных и методических материалов по организации туристских водных походов Памятка: «Правила

			упражнения)	водного туризма. Виды туристских судов». http://tourlib.net/books_tourism/izotova3-5.htm Григорьев В.Н. Водный туризм. – М.,1990.		поведения на воде, организация купания».
7.	Профорориентационное занятие Я выбираю спорт	Групповая Беседа, Практическая работа	Беседы о выборе профильного заведения, использование Интернет-ресурсов по вопросу самоопределения и выбора жизненного пути	Знакомство с профильными заведениями в области спорта, туризма или близким к этим областям	Элементарная профдиагностика - тестирование на выявление интересов и склонности ребёнка к деятельности, связанной со спортом, туризмом (что он хочет?, что он умеет?)	Шмидт В.Р. Классные часы и беседы по профориентации для старшеклассников. 8-11 класс. - М.: Сфера, 2019; http://www.ucheba.ru Учёба.ру — каталог учебных заведений и программ

Оценочные материалы

Формы и методы отслеживания результатов:

Программа предусматривает:

- Вводный контроль

Проводится на первом году обучения в форме собеседования, анкетирования. Результаты анализируются педагогом.

- Промежуточную аттестацию

Для проведения промежуточной аттестации в соответствии с ожидаемыми результатами каждого года обучения педагогом разрабатываются формы контрольных заданий (в рабочей таблице) для усвоения теоретического материала и критерии оценки их выполнения, а также практических знаний и умений, полученных в ходе проведения практических занятий на местности в виде протоколов спортивных соревнований.

Аттестация проводится в период с 15 декабря по 25 декабря текущего учебного года. Для проведения аттестации применяется контрольное тестирование. Результаты определяются по трем уровням освоения программы - низкий, средний, высокий и заносятся в ведомость промежуточной аттестации.

- Промежуточная аттестация по итогам освоения программы проводится с до 25 мая текущего учебного года.

Для проведения контроля используются, разработанные педагогом, контрольные задания. Формой контроля теоретических знаний также является контрольное тестирование. Результаты определяются по трем уровням освоения программы - низкий, средний, высокий и заносятся в ведомость итогового контроля. Для групп - участников оздоровительной кампании итогом завершения каждого года обучения является получение допуска к совершению походов, экспедиций и других видов нестационарных мероприятий на районных и городских контрольных мероприятиях (в контрольных соревнованиях по выбранному виду туризма, включающих в себя проверку навыков полевого быта и преодоления препятствий маршрута).

Формы подведения итогов

Полевые сборы, экспедиции, походы, контрольные учебные соревнования, конференции, смотры-конкурсы.

Итоговый контроль освоения ДОП «Сто дорог» (1, 2, 3 годов обучения) проводится в рамках оздоровительной кампании при совершении сложного категорийного похода по различным регионам РФ. Например: Заполярье, Байкал, Кавказ и др.

Предъявление освоенных туристских навыков: постановка бивуака в сложных метеорологических или природных условиях, преодоление естественных препятствий (водные преграды, камнепады в горной местности, труднопроходимые лесные массивы и др.) при соблюдении правил безопасности. Создание видеоотчётов и презентаций, совершённых походных мероприятий, для участия в региональном смотре- конкурсе спортивных походов и экспедиций «По родной стране» и городской туристско-краеведческой конференции «Из дальних странствий возвратись..».

Приложение

В таблице 4 представлены формы фиксации и предъявления результатов, критерии оценки, позволяющие определить достижения обучающимися планируемых предметных, метапредметных и личностных результатов.

Мониторинг результатов обучения по ДОП «Сто дорог» (таблица 4)

Мониторинг результатов обучения по ДОП «Сто дорог» за текущий период включает: промежуточную аттестацию по учебным полугодиям и итоговую - по завершению программы.

Мониторинг личностного развития обучающихся - достижения в мероприятиях туристско-краеведческой и физкультурно-спортивной направленности.

Мониторинг результатов обучения по ДОП «Сто дорог»

Для определения уровня освоения программы предлагается методика «Мониторинг результатов обучения по дополнительной общеразвивающей программе»

Дважды в течение учебного года заносятся данные о результатах обучения в диагностическую. Карту № 1

Технология определения результатов обучения представлена в таблице-инструкции, содержащей показатели, критерии, степень выраженности оцениваемого качества, методы диагностики.

Мониторинг личностного развития обучающихся

Для мониторинга личностного развития обучающихся используется Карта 2.

В совокупности, приведенные в таблице личностные свойства, отражают многомерность личности; позволяют выявить основные индивидуальные особенности ребенка, легко наблюдаемы и контролируемы.

Работа по предложенной технологии позволяет содействовать личностному росту ребенка, выявлять то, каким он пришел, чему научился, каким стал через некоторое время.

В качестве методов диагностики личностных изменений ребенка можно использовать наблюдение, анкетирование, тестирование и другие.

Достижения обучающегося в мероприятиях туристско-краеведческой и физкультурно - спортивной направленности. Карта 3.

- на уровне района, города
- на Всероссийском

Мониторинг результатов обучения по ДОП «Сто дорог»

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Методы диагностик в соответствии с разделами программы
Теоретическая подготовка			
1. Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы)	Соответствие теоретических знаний ребёнка программным требованиям;	(Н) низкий уровень (ребёнок овладел менее чем ½ объёма знаний, предусмотренных программой) (С) средний уровень (объём усвоенных знаний составляет более ½); (В) высокий уровень (ребёнок освоил практически весь объём знаний, предусмотренных программой за конкретный период).	Наблюдение Тестирование. Контрольный опрос.
2. Владение специальной терминологией	Осмысление и правильность использования специальной терминологии	<ul style="list-style-type: none"> • (Н) низкий уровень (знает не все термины); • (С) средний уровень (знает все термины, но не применяет); • (В) высокий уровень (знание терминов и умение их применять) 	Собеседование
Практическая подготовка			
1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебно-тематического плана)	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	<ul style="list-style-type: none"> • (Н) низкий уровень (ребёнок овладел менее чем 1/2 предусмотренных умений и навыков); • (С) средний уровень • (В) высокий уровень (ребёнок овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период). 	Учебное соревнование, участие в соревнованиях различного уровня по направлению программы, контрольное задание

2. Владение специальным оборудованием и оснащением	Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения	<ul style="list-style-type: none"> • (Н) низкий уровень (ребёнок испытывает серьёзные затруднения при работе с оборудованием); • (С) средний уровень (работает с оборудованием с помощью педагога); • (В) высокий уровень (работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей). 	Контрольное задание
3. Творческие навыки	Креативность в выполнении практических заданий	<ul style="list-style-type: none"> • (Н) начальный (элементарный) уровень развития креативности (ребёнок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога); • (С) репродуктивный уровень (выполняет в основном задания на основе образца); • (В) творческий уровень (выполняет практические задания с элементами творчества) 	Контрольное задание
Учебно-организационные умения и навыки			
1 Умение организовать своё рабочее место	Способность готовить своё рабочее место к деятельности и убирать его за собой	<ul style="list-style-type: none"> • (Н) низкий уровень умений (обучающийся испытывает серьёзные затруднения, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога); • (С) средний уровень • (В) высокий уровень (всё делает сам). 	Наблюдение
2 Навыки соблюдения правил безопасности в процессе деятельности	Соответствие навыков соблюдения правил безопасности нормативным требованиям	<ul style="list-style-type: none"> • (Н) низкий уровень (ребёнок овладел менее чем ½ объёма навыков соблюдения правил безопасности, предусмотренных программой); • (С) средний уровень (объём усвоенных навыков составляет более ½); • (В) высокий уровень (воспитанник освоил практически весь объём навыков, предусмотренных программой за конкретный период). 	Тестирование
3 Умение аккуратно выполнять работу	Аккуратность и ответственность в работе	<ul style="list-style-type: none"> • (Н) удовлетворительно • (С) хорошо • (В) отлично 	Наблюдение

Карта 1

Ведомость результатов обучения по ДОП «Сто дорог» для 1 года обучения, группа №, 2023-2024 г.г.

Педагог:

	ФИ воспитанника	Теоретическая подготовка обучающегося	Практическая подготовка обучающегося	Практические умения и навыки обучающегося	За год
--	-----------------	---------------------------------------	--------------------------------------	---	--------

		входная диагн.	1 полугод ие	2 полугод ие	входная диагн.	1 полугод ие	2 полугод ие	входная диагн	1 полугод ие	2 полугод ие	
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											
13											
14											
15											

Входная диагностика - проводится на первом году обучения. Н - низкий уровень, С – средний уровень, В – высокий.

Низкий уровень - нет первоначальных умений и навыков работы.

Средний уровень – работа выполняется с помощью педагога

Высокий уровень – работает самостоятельно, творчески

Мониторинг личностного развития обучающегося в процессе освоения
ДОП «Сто дорог», для 1 года обучения, группа № _____ 20__ – 20__ г.г.

Педагог:

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Уровень развития (баллы)	Методы диагностики
1. Организационно - волевые качества				
1. Терпение	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки, уметь преодолевать трудности.	<ul style="list-style-type: none"> • Терпения хватает меньше. чем на ½ занятия; • Терпения хватает больше. чем на ½ занятия • Терпения хватает на всё занятие 	1 5 10	Наблюдение
2. Воля	Способность активно побуждать себя к практическим действиям	<ul style="list-style-type: none"> • Волевые усилия воспитанника побуждаются извне; • Иногда - самим воспитанником; • Всегда - самим воспитанником; 	1 5 10	Наблюдение
3. Самоконтроль	Умение контролировать поступки (приводить к должному действию)	<ul style="list-style-type: none"> • Обучающийся постоянно действует под воздействием контроля; • Периодически контролирует себя сам; • Постоянно контролирует себя сам 	1 5 10	Наблюдение
2. Ориентационные качества				
1. Самооценка	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям	<ul style="list-style-type: none"> • Завышенная • Заниженная • нормальная 	1 5 10	Наблюдение. Анкетирование
2. Интерес к занятиям в объединении	Осознание участия воспитанника в освоении образовательной программы	<ul style="list-style-type: none"> • интерес к занятиям продиктован извне; • интерес периодически поддерживается самим воспитанником; • интерес постоянно поддерживается воспитанником самостоятельно. 	1 5 10	Тестирование
3. Поведенческие качества				
1. Конфликтность	Умение воспитанника контролировать себя в любой конфликтной ситуации	<ul style="list-style-type: none"> желание участвовать (активно) в конфликте (провоцировать конфликт) сторонний наблюдатель активное примирение 	1 5 10	Наблюдение

2. Тип сотрудничества	Умение ребёнка сотрудничать	не желание сотрудничать (по принуждению) желание сотрудничать (участие) активное сотрудничество (проявляет инициативу)	1 5 10	Тестирование. Метод незаконченного предложения (выявление эмоционального отношения ребёнка к различным компонентам образовательной среды)
4. Личностные достижения обучающегося				
1 Участие в мероприятиях	Степень и качество участия	<ul style="list-style-type: none"> • не принимает участия • принимает участие с помощью педагога или родителей • самостоятельно выполняет работу 	0 3 5	Наблюдение

