Муниципальное образовательное учреждение
дополнительного образования
Детский центр «Восхождение»

Согласовано:
Методический совет
от «18» февраля 2022 г.
Протокол № 85

Утверждаю:
Директор ДЦ « Восхождение»
О.В. Хайкина
« 10 » марта 2022г.

Принята на заседании
Педагогического совета
Протокол № 4
от « 10 » марта 2022 г.

Краткосрочная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Свистать всех наверх»
(уровень программы: не применимо)

Направленность: туристско-краеведческая
Виды деятельности: туризм и краеведение

Возраст учащихся: 7-16 лет
Срок реализации: 10 часов

Автор-составитель:
Семенова Татьяна Валерьевна,
педагог дополнительного
образования

Консультант:
Герасимова Алиса Васильевна
методист

г. Ярославль, 2022

Оглавление

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА 2
УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 5
СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 6
ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ 7
МОНИТОРИНГ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ 10
СПИСОК ИНФОРМАЦИОННЫХ ИСТОЧНИКОВ 9
ПРИЛОЖЕНИЯ 10
Приложение №1 «Календарный учебный график» 10
Приложение №2 «Контрольно-измерительные материалы» 12

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Введение

Краткосрочная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Свистать всех наверх» (далее - Программа) реализуется в соответствии с **туристско-краеведческой направленностью** дополнительного образования.

Туристская деятельность во всех её формах способствует всестороннему развитию личности ребенка. Она направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению Родины, приобретению навыков самостоятельной деятельности.

Туризм в форме спортивных соревнований имеет довольно продолжительные традиции. Сначала этим видом увлекались почти исключительно как соревновательным спортом, но в последнее время возрос интерес к туризму как к движению в форме «Спорт для каждого».

Кроме оздоровительной и спортивной направленности, туризм имеет большое прикладное значение. Умение выживать в трудных условиях - это навык, который необходим и туристу, и охотнику, и геологу, и будущему воину.

Обладая знаниями в области спортивного туризма вырабатываются такие необходимые человеку жизненно важные качества, как самостоятельность, решительность, целеустремленность, настойчивость при достижении цели, умение владеть собой, эффективно мыслить в условиях больших физических нагрузок, быстрая реакция.

Учащийся в процессе занятий совершенствует и закрепляет знания, полученные на уроках географии, физики, математики, физкультуры.

Актуальность программы

Актуальность программы обусловлена как потребностями и интересами учащихся, их родителей, так и государственной политикой РФ (см. «Стратегия развития туризма в Российской Федерации на период до 2035 года», «Государственная программа Российской Федерации «Развитие культуры и туризма» на 2013–2024 годы»).

Во всем мире туризм - одна из самых доходных отраслей огромного бизнеса. Туризм находится в стадии развития, он нуждается в системности и организованности.

Дети, занимающиеся туризмом, впоследствии смогут стать полезными и с экономической стороны, и с духовной. Это готовые проводники для приезжающих туристов, это - ответственные граждане и родители, передающие семейные устои и любовь к природе уже своим детям.

Нормативно - правовые основы Программы:

1. Конвенции о правах ребёнка (одобренной Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989г.)
2. Федерального Закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
3. Концепции развития дополнительного образования детей, утв. распоряжением Правительства РФ от 4.09.2014 г. № 1726-р:
4. Приказа Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
5. СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к

устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)», утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 N 16.

6. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28.

7. СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утверждены постановлением

Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 N 2

8. Указ Президента РФ от 29.05.2017 № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства на 2018-2027 годы»

Категория учащихся

- возрастная категория: от 7 до 16 лет;
- учащиеся без ООП;
- учащиеся, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

Направленность (профиль) программы

Программа «Свистать всех наверх» имеет туристско-краеведческую направленность, является модифицированной, составлена на основе программы «Туристы-проводники» автор Константинов Ю.С.

Вид программы

- По уровню разработки: **модифицированная**.
- По особенностям организации учебного процесса: **модульная**.
- По срокам реализации: **краткосрочная**.

Срок реализации программы **до 1 месяца**.

Цель

Цель программы: формирование всесторонне развитой личности средствами туризма и краеведения, создание условий для самореализации, социальной адаптации и оздоровления личности.

Задачи

Задачи программы:

- обучать базовым знаниям по туристской подготовке и безопасному проведению походов;
- познакомить с основными приемами оказания доврачебной медицинской помощи;
- расширять знания о своем регионе.
- способствовать развитию интереса к туризму и краеведению как активной познавательной, оздоровительной и досуговой деятельности.
- воспитывать общечеловеческие качества: взаимовыручку, честность, бескорыстие, отзывчивость, умение дружить через участие в коллективных действиях.

Ожидаемые результаты

В результате освоения Программы обучающиеся будут:

- обладать базовыми туристскими компетенциями (организация похода, разбивка лагеря и пр.);
- освоят правила оказания первой доврачебной помощи;
- знать правила безопасности в походах и уметь выполнять их на практике.

У обучающихся сформируется:

- умение работать в команде;
- интерес к туризму и краеведению как активной познавательной, оздоровительной и досуговой деятельности.

Отличительные особенности программы

Данная программа является практико-ориентированной, знакомит с основами туризма и ориентирования на местности, предполагает работу по краеведению и оказанию первой медицинской помощи.

Учебные занятия в объединении проводятся в форме лекций, бесед, практических занятий. Практические занятия проводятся во время проведения туристских мероприятий, экскурсий, а также на местности (стадионе, в парке) и в помещении (в классе, спортзале). В период каникул практические навыки отрабатываются в соревнованиях и других туристско-краеведческих мероприятиях.

Режим организации занятий

Программа рассчитана на 10 часов, срок реализации - 1 неделя.

Режим занятий: 5 раз в неделю по 2 часа – всего 10 часов в неделю.

Форма проведения занятий: в очной и дистанционной форме.

Занятия по программе включают в себя теоретическую и практическую части.

Особенности комплектования групп

Предполагаемый состав групп:

Возраст:	Учащиеся разноговозраста
Уровень физического развития	Нет требований

Наполняемость групп:

Модуль	К-во (чел.)
1 модуль 1 года обучения (М 1.1.)	от 8 до 20

Условия приема учащихся:

Модуль	Приём учащихся
1 модуль 1 года обучения (М 1.1.)	свободный набор

Формы аттестации учащихся

Способы определения результативности:

- педагогическое наблюдение,

Формы проведения аттестации:

- контрольно измерительный материал тест.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

«Свистать всех наверх»

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов		
		теория	практика	всего
1. Основы туристской подготовки				
1.	Введение. Туристские путешествия, история развития туризма. Топографическая и спортивная карты. Компас, работа с компасом	0,5	0,5	1,0
2.	Личное и групповое туристское снаряжение. Организация туристского быта, привалы и ночлеги	0,5	0,5	1,0
3.	Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.	0,5	0,5	1,0
5.	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи. Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры	2	2	4,0
6.	Походная медицинская аптечка, использование лекарственных растений Основные приемы по оказанию первой доврачебной помощи.	0,5	0,5	1,0
7.	Обеспечение безопасности в туристском походе, на тренировочных занятиях. Постановка палатки.	0,5	0,5	1,0
8.	Подведение итогов	-	1	1
ИТОГО за период обучения:		**4,5**	**5,5**	**10**

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1.1. Туристские путешествия, история развития туризма. Топографическая и спортивная карты. Компас, работа с компасом

Теория: Введение. Роль государства и органов образования в развитии детско-юношеского туризма. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный водный, велосипедный. Характеристика каждого вида. Понятие о спортивном туризме. Туристские нормативы и значки «Юный турист России», «Турист России». Понятия карта, азимут, компас. Типы компасов. Различия топографической карты от спортивной карты.

Практика: действия с компасом (определение сторон горизонта, ориентирование по карте). Определение азимута, стороны горизонта: север, юг, запад, восток.

1.2. Личное и групповое туристское снаряжение. Организация туристского быта, привалы и ночлеги

Теория: Палатки: виды, назначение. Костровое оборудование: посуда, пила, топор. Ремонтная аптечка: что входит в ее комплектацию и для чего она нужна. Обеспечение безопасности - главное в определении места для ночлега и привала.

Практика: Палатка: её установка, размещение вещей внутри неё, защита от намокания и насекомых, правила поведения в палатке. Использование тентов и простейших укрытий.

1.3. Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.

Теория: Изучение топографических знаков.

Практика: Работа со спортивной картой изучение: изображение рельефа, растительного покрова, гидрографии, дорожной сети, сооружений, населенных пунктов.

1.4. Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи. Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры

Теория: география родного края. Влияние географического положения региона на занятия туризмом. Знаменитые земляки, их роль и вклад в развитие края. Сведения об истории родного края, населенного пункта. Наиболее интересные окрестности города, места для проведения похода. Информация о памятниках истории и культуры.

Практика: экскурсии по городу и посещение музеев.

1.5.Походная медицинская аптечка, использование лекарственных растений. Основные приемы по оказанию первой доврачебной помощи.

Теория: что должно быть внутри аптечки для похода. Лекарственные растения, которые безопасны и помогут. Что такое доврачебная помощь. Основные приемы.

Практика: формирование походной медицинской аптечки. Применение на практике способов бинтования ран и наложение жгута.

1.6 Обеспечение безопасности в туристском походе, на тренировочных занятиях. Постановка палатки.

Теория: Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, кустарнику, движение через завалы, по льду рек. Обеспечение безопасности при прохождении препятствий. Страховка и самостраховка при преодолении естественных и искусственных препятствий. Поездки группы на транспорте, правила поведения в поездках. Правила поведения в незнакомом месте. Аварийные случаи в походах, путешествиях, их характеристика. Применение спасательных средств.

Практика: постановка палатки, упражнения на страховку и самостраховку, прохождение препятствий.

ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Материально – техническое обеспечение кабинета
- стол рабочий;
- стулья;
- доска аудиторная;
- проектор;
- экран;
- ноутбук.

Материально – техническое обеспечение для обучающихся
- простые карандаши;
- цветные карандаши;
- ластик;
- бумага формата А4;

Туристское оборудование и снаряжение
- палатка;
- медицинская аптечка.

Комплект для спортивного ориентирования:
- компас;
- фонарик;
- часы;
- топографические карты местности;
- карандаш;
- линейка;

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: свидетельство (сертификат), материалы тестирования.

МОНИТОРИНГ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

Этапы мониторинга

№	Наименование этапа	Содержание этапа	Сроки реализации
1.	Организационный (подготовительный)	Определение цели, предмета,субъекта, объекта, установка сроков.	
2.	Диагностический	Разработка инструментария, сбор информации в соответствии с определенными критериями и показателями.	
3.	Аналитический	Систематизация информации:анализ, выводы, прогнозы, рекомендации.	

СПИСОК ИНФОРМАЦИОННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Варламов В.Г. Физическая подготовка туристов-пешеходников: Методические рекомендации. – М.: ЦРИБ «Турист», 1979. – 48 с.
2. Велитченко В.К. Физкультура без травм: Б-ка учителя физ. Культуры. – М.: Просвещение, 1993. – 128 с.
3. Евладова Е.Б., Логинова Л.Г., Михайлова Н.Н. Дополнительное образование детей: – М.: 2002.
4. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся. – М.: ЦДЮТК МО РФ, 2000 – 126 с.
5. Конституция Российской Федерации: принята всенародным голосованием 12 декабря 1993г. (ред. от 21.07.2014г.). – М.: Юрист, 2015. – 48 с.
6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ / Попова И.Н., Славин С.С. – М.: Минобрнауки России, 2015. - 18 с.
7. С.А. Федорова Развитие УУД обучающихся во внеурочной деятельности. Управление начальной школой , №12 , 2012 г.
8. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации». – М.: Проспект, 2015. – 160 с.
9. Черемисина Л.Д. Основы экологии – младшим школьникам: Практическое пособие/Сост. – М.: АРКТИ, 2006.-88с.
10. Штюрмер Ю.А. «Опасности в туризме, мнимые и действительные», Москва, 2008 г. – 123 с.
11. Энциклопедия туриста / Гл. ред. Е.И. Тамм. – М.: Большая Российская энциклопедия, 1993. – 607 с.

Приложения

Приложение №1

Календарный учебный график

Объединение: _____

ФИО педагога: _____

(вн.№ ДОП) Название программы: (112К) «Свистать всех наверх»

Продолжительность обучения по программе: 5 дней

Год/ Модуль обучения: год: 1 / модуль: М 1.1.

Номер группы: _____

Срок реализации модуля: 5 дней **Дата начала/окончания обучения:** с_____по_____

Режим занятий:

_____ _____ _____

Количество часов в неделю *Количество занятий в неделю* *Количество часов в день*

Аттестация:

Промежуточная аттестация: _____ _____

сроки проведения аттестации *форма аттестации*

Итоговая аттестация: _____ _____

сроки проведения аттестации *форма аттестации*

Дата		№ занят.	Раздел	Тема ДОП / Содержание занятия	К-во час.
по плану	по факту				
		1.	Раздел 1. Туристские путешествия, история развития туризма. Топографическая и спортивная карты. Компас, работа с компасом	Ведение. Инструктаж по ТБ. Введение в образовательную программу История развития туризма Особенности топографической и спортивной карт. Что такое компас? Работа с компасом	1

		2.	Раздел 2. «Личное и групповое туристическое снаряжение. Организация туристического быта, привалы и ночлеги.	Что относится к личному и групповому снаряжению. Как устроен быт туриста. Особенности привалов и ночлегов.	1
		3.	Раздел 3. «Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки»	Способы ориентирования. Признаки ориентирования. Что делать если потерялся.	1
		4.	Раздел 4. «Туристические возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи. Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры	Георграфическое положение и климатические особенности Ярославского края. Туристические возможности. (Известные россияне Ярославского края, древнерусские города, река Волга, объекты культурного наследия, старейший туристический маршрут «Золотое кольцо России, достопримечательности) Виды и возможные общественно полезные работы.	4
		5.	Раздел 5. «Походная медицинская аптечка, использование лекарственных растений. Основные приемы по оказанию первой доврачебной помощи»	Что должно быть внутри аптечки для похода. Лекарственные растения, которые безопасны и помогут Что такое доврачебная помощь. Основные приемы.	1
		6.	Раздел 6. «Обеспечение безопасности в туристическом походе, на тренировочном занятии.Постановка палатки»	Основные правила безопасного поведения в походе и на тренировочном занятии. Для чего нужна походная палатка. Теория и практика постановки туристической палатки.	1
		7.	Подведение итогов.	Итоговое тестирование.	1
ИТОГО:					10

Приложение №2

Контрольно-измерительные материалы

Итоговое тестирование:

Максимальное количество баллов 48 (один ответ 1 б)
Удовлетворительно 15-20 баллов
Хорошо 21-35
Отлично 36-48

Что относится к личному снаряжению?

1. Палатка.
2. Рюкзак.
3. Котелок.
4. Куртка.
5. Нож.

Что относится к специальному снаряжению?

1. Лыжи.
2. Ботинки.
3. Коврик.
4. Бахилы.
5. Спальник групповой.

Какое личное снаряжение надо взять в поход, чтобы было тепло спать в палатке?

1. Кроссовки.
2. Свитер.
3. Носки шерстяные.
4. Белую рубашку.
5. Шапку.

V. Без какого снаряжения нельзя пойти кататься на лыжах?

1. Кружки.
2. Куртки.
3. Котелок.
4. Лыжи.
5. Рукавицы.

VI. Что относится к костровому снаряжению?

1. Кружка.
2. Котелок.
3. Топор.
4. Тросик с крючками.
5. Половник.

XVI. Что надо одеть на ноги ночью, чтобы они не мерзли в спальнике?

1. Мокрые валенки.
2. Чуни или меховые чулки.
3. Шерстяные носки.
4. Намотать портянки.
5. Ботинки.

II. Каков порядок установки палатки?

1. Застегнуть вход палатки.4
2. Вынуть палатку из чехла. 1
3. Натянуть и закрепить боковые оттяжки.6
4. Закрепить натяжение центральных оттяжек с помощью колышек.5
5. Растянуть и закрепить днище палатки. 2

6. Поставить центральные стойки спереди и сзади палатки.3

III. Каков порядок сборки палатки?

1. Выдернуть из земли все колышки, удерживающие палатку. 1

2. Взявшись за центральные оттяжки конька собрать все оттяжки, расположенные с одной и с другой стороны конька. 3
3. Уложить в чехол.5
4. Вывернуть палатку на левую сторону, вытряхнуть мусор, затем вернуть палатку в исходное состояние. 2
5. Уложить на землю и свернуть.4

XII. Как надо сушить ботинки у костра?

1. Поставил и ушел.
2. Поставил и попросил дежурного присмотреть.
3. Поставил перед собой и постоянно их поворачивать.
4. Не знаю.
5. Держишь ботинки в руках.

I. К какой группе топографических знаков относятся:

1. Масштабные. 2. Линейные. 3. Внемасштабные.

а) Лес. 1

б) Просека.2

в) Луг.1

г) Мост.3

д) Памятник.3

II. К какой группе топографических знаков относится изображение рек, дорог, каналов и троп?

1. Масштабные.
2. Внемасштабные.
3. Пояснительные.
4. Линейные.
5. Площадные.

III. К какой группе топографических знаков относится изображение леса, поля и озера?

1. Масштабные.
2. Внемасштабные.
3. Пояснительные.
4. Линейные.
5. Площадные.

IV. К какой группе топографических знаков относится изображение башен, ветряных мельниц, бензоколонок?

1. Масштабные.
2. Внемасштабные.
3. Пояснительные.
4. Линейные.
5. Площадные.

V. К какой группе топографических знаков относятся названия городов, рек, озер?

1. Масштабные.
2. Внемасштабные.
3. Пояснительные.

4. Линейные.
5. Площадные.

I. Допишите недостающие слова.

1. Направить стрелку ____
2. На ____, в точку золотую.
3. Меж стрелкою и цифрой ____
4. Есть ____ – важен он для нас
5. Делите _____ пополам
6. И сразу _____ найдете там.

Ответы: Часовую, солнце, час, угол, угол, юг.