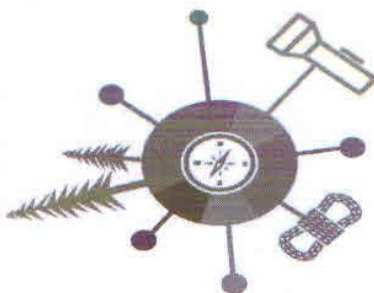


Управление образования администрации города Прокопьевска
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Центр дополнительного образования детей»

Принято на заседании
педагогического
совета от «21» 08 2023г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУДО
«Центр дополнительного
образования детей»
С.А.Матвеева
Приказ № 93 от «21» 08 2023г.



СТАНЦИЯ ТУРИЗМА

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
туристско-краеведческой направленности**

«Туристская тропа Кузбасса»

Уровень программы: базовый

Возраст учащихся: 11-14 лет

Срок реализации: 1 год

Разработчик программы:
Оспищев Сергей Иванович,
педагог дополнительного образования

Прокопьевский ГО 2023

СОДЕРЖАНИЕ

1.Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Пояснительная записка	3
Цель и задачи программы	5
Учебный план	6
Содержание программы	9
Планируемые результаты.....	15

2.Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график	15
Условия реализации программы	16
Формы контроля	16
Оценочные материалы.....	18
Методические материалы.....	17

3.Список литературы	20
----------------------------------	-----------

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Туристская тропа Кузбасса» имеет **туристско-краеведческую направленность** и реализуется в рамках модели «Дистанция» мероприятия по созданию новых мест в образовательных организациях различных типов для реализации дополнительных общеразвивающих программ всех направленностей в рамках реализации проектов, обеспечивающих достижение целей, показателей и результата Федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».

Уровень сложности программы - базовый.

Программа разработана в соответствии со следующими **нормативно-правовыми** документами:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012г. (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.09.2021 г.);
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. N 678-р);
- Приказом Министерства просвещения РФ «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» № 629 от 27.07.2022г. (с изм. и доп. от 30.09.2020 г.);
- Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (*включая разноуровневые программы*) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ № 09-3242 от 18.11.2015г.);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к 5 организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- Стратегией развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
- Федеральным проектом «Успех каждого ребенка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование», протокол № 37 от 07.12.2018г.);
- Локальными актами МБОУДО ЦДОД.

Занятия туристско-краеведческой деятельностью предполагают организацию оздоровительно-познавательной деятельности средствами туризма таким образом, чтобы оказывалось преимущественное воздействие на двигательную, творческую, познавательную и эмоциональную сферу ребенка в непосредственном контакте с действительностью - окружающей, природной и социальной средой. Поэтому данная программа современна и **актуальна**.

Педагогическая целесообразность программы состоит в том, что она пробуждает интерес к познанию мира природы, развивает экологическую культуру, повышает мотивацию к активной деятельности по улучшению и сохранению природы родного края. А в туристическом походе вырабатывает умение преодолевать трудности, учит коллективизму, взаимопомощи, вырабатывает сознательную дисциплину, настойчивость, ответственность.

Отличительной особенностью дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Туристская тропа Кузбасса» является акцент на развитие способностей, учащихся к спортивному пешему туризму и спортивному ориентированию.

Адресат программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Туристская тропа Кузбасса» рассчитана на учащихся среднего школьного возраста **11-14 лет**. Специальных требований к знаниям, умениям нет. Прием учащихся производится на основании медицинской справки о состоянии здоровья.

Наполняемость в группах: 15-17 человек.

Объем программы: 144 часа.

Срок освоение программы: 1 год обучения.

Режим занятий

Периодичность и продолжительность занятий в соответствии с Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи":

<i>Год обучения</i>	<i>Продолжительность занятия</i>	<i>Количество занятий в неделю</i>	<i>Количество часов в неделю</i>	<i>Количество часов в год</i>
1	2 часа	2 раза	4 часа	144 часа

Форма обучения: очная.

Особенности образовательного процесса: традиционная модель.

Организационные формы обучения:

основная форма организации обучения: учебное занятие;
 формы организации познавательной деятельности на учебном занятии: фронтальная, групповая, индивидуальная, коллективная.

Виды занятий: теоретические занятия, беседа, практические занятия, тренировочные занятия, познавательно-развлекательные игры, мини-соревнования и контрольные упражнения по туристским навыкам, игры на местности, исследования.

1.2.Цель и задачи программы

Цель программы: вовлечение учащихся в туристско-краеведческую деятельность через изучение природы родного края.

Задачи программы:

образовательные:

- формировать у учащихся туристические навыки: навыки ориентирования на местности, основы техники пешеходного туризма, приемы техники безопасности, организации быта походов, оказания первой доврачебной помощи;

развивающие:

- развивать двигательную, познавательную активность в процессе изучения туристско-краеведческого материала;

воспитательные:

- воспитывать морально-волевые и этические качества;
- воспитывать чувства патриотизма, любви к родному краю.

1.3. Содержание программы
Учебно-тематический план базового уровня

Наименование раздела, темы	Теория (кол-во часов)	Практика (кол-во часов)	Всего часов	Форма контроля
1. Вводное занятие	2		2	Тестирование
1.1. Введение в программу	2		2	
2. Основы туризма	18	18	36	Тестирование
2.1. Виды туризма	2		2	
2.2. Туристическое снаряжение	2	2	2	
2.3. Укладка рюкзака. Установка палатки	2	2	2	
2.4. Требования к участникам похода	2		2	
2.5. Техника безопасности во время походов. Организация движения, привалов	2	2	2	
2.6. Выбор места для бивака	2	4	6	
2.7. Типы костров. Правила разведения костров	2	2	2	
2.8. Ремонт туристского снаряжения	2	2	4	
2.9. Организация питания в туристском походе	2	2	2	
3. Основы ориентирования, топография	22	26	48	Соревнование
3.1. Топографическая карта	2	2	4	
3.2. Условные знаки топографических карт	2	2	4	
3.3. Что такое масштаб. Измерение расстояний на карте	2	2	4	
3.4. Отображение рельефа на топографической карте	2	2	4	
3.5. Виды	2	2	4	

ориентирования				
3.6. Ориентирование по сторонам горизонта. Азимут	2	4	6	
3.7. Компас. Правила работы с компасом	2	2	4	
3.8.Способы ориентирования	2	2	4	
3.9.Определение расстояний на топографической карте и на местности	2	2	4	
3.10. Подготовка к спортивному ориентированию	2	4	6	
3.11. Соревнования по спортивному ориентированию	2	2	4	
4. Подготовка к туристскому походу	6	16	22	Тестирование
4.1. Порядок движения группы в походе	2	4	6	
4.2. Узлы, применяемые в туристском походе	2	4	6	
4.3. Физическая подготовка		4	4	
4.4.Беговые упражнения. Эстафеты с элементами туризма	2	4	6	
5. Основы гигиены. Первая доврачебная помощь	14	8	22	Тестирование
5.1. Техника безопасности в походе	2		2	
5.2. Личная гигиена участника похода	4		4	
5.3.Медицинская аптечка в походе	2	2	4	
5.4.Основные правила и приемы первой доврачебной помощи	2	2	4	
5.5. Приемы транспортировки пострадавшего в походе	2	4	6	

6.Краеведение. Охрана природы	12	2	14	Тестирование
6.1. Землепроходцы и исследователи нашего края	2		2	
6.2. Знаменитые люди Кузбасса	2		2	
6.3. Достопримечательности Кемеровской области	2	2	2	
6.4. Природа Кемеровской области	2		2	
6.5. Кузбасс туристический	2		2	
6.6.Охрана природы родного края	2			
7. Итоговое занятие	2	2	4	Беседа
7.1.Разговоры у костра	2	2	4	
Итого:	74	70	144	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Введение.

Тема № 1. Вводное занятие.

Теория. Ознакомление с планом работы творческого объединения и правилами поведения в ЦДОД. Инструктаж по технике безопасности.

Практика. Экскурсия в пригородный лес.

Форма контроля: тестирование.

Раздел 2. Основы туризма.

Тема № 2.1. Виды туризма.

Теория. Понятие «спортивный туризм», основные виды спортивного туризма. Отличие спортивного туризма дисциплина-дистанция и дисциплина-маршрут.

Практика. Работа с дополнительной литературой «Виды туризма».

Форма контроля: тестирование.

Тема № 2.2. Туристическое снаряжение.

Теория. Элементы спортивного снаряжения туриста (система, карабины, усы, страховочные элементы, веревка, жумар и другие). Требования к спортивному снаряжению. Требования к спортивной одежде. Виды узлов в спортивном туризме и их применение.

Практика. Правила надевания и использования спортивного снаряжения. Учимся надевать и снимать снаряжение самостоятельно. Использование элементов снаряжения. Завязывание узлов и их применение на дистанции.

Форма контроля: зачет.

Тема №2.3. Укладка рюкзака. Установка палатки.

Теория. Виды рюкзаков. Правила размещения предметов в рюкзаке. Обеспечение влагонепроницаемости рюкзака. Виды палаток. Правила поведения в палатке.

Практика. Отработка навыков по укладке рюкзака.

Форма контроля: мини-соревнование.

Тема №2.4. Требования к участникам похода.

Теория. Цели и задачи походов. Требования к участникам походов. Туристские должности в походе. Определение цели похода. Задачи, которые должны быть решены в ходе похода.

Практика. Физическая и психологическая подготовка учащегося к походу. Распределение должностей перед походом.

Форма контроля: опрос.

Тема №2.5. Техника безопасности во время походов. Организация движения, привалов.

Теория. Техника безопасности при проведении походов. Организация движения, привалы. Порядок и построение участников группы. Режим и темп движения. Привалы. Правила движения по дорогам и тропам.

Практика. Страховка и само страховка на переправе, подъеме и спуске.

Форма контроля: тестирование.

Тема №2.6. Выбор места для бивака.

Теория. Выбор места для бивака, для забора воды и умывания.

Практика. Установка палатки, разжигание костра, приготовление пищи на биваке.

Форма контроля: тестирование.

Тема № 2.7. Типы костров. Правила разведения костров.

Теория. Типы костров и их назначение. Требования к выбору места для костра. Техника безопасности при заготовке дров и обращении с огнем.

Практика. Заготовка дров, предохранение их от намокания. Уборка места для костра перед уходом.

Форма контроля: мини-соревнование.

Тема №2.8. Ремонт туристского снаряжения.

Теория. Способы сушки снаряжения. Состав ремонтного набора. Правила работы с инструментом.

Практика. Подготовка и ремонт снаряжения. Формирование ремонтного набора.

Форма контроля: зачет.

Тема №2.9. Организация питания в туристском походе.

Теория. Приготовление пищи. Режим и особенности питания в походе. Набор продуктов для приготовления пищи на костре и для перекуса. Составление меню на день, на весь поход. Нормы продуктов для человека. Нормы закладки продуктов в котел.

Практика. Составление меню из списков продуктов. Закупка, фасовка, упаковка продуктов.

Форма контроля: опрос.

Раздел 3. Основы ориентирования. Топография.

Тема №3.1. Топографическая карта.

Теория. Содержание топографической карты (условные знаки, масштаб, рамка, координатная сетка). Понятие о генерализации. Старение карт. Пригодность карт для разработки маршрутов и ориентирования в пути.

Практика. Разработка маршрута по топографической карте.

Форма контроля: тестирование.

Тема №3.2. Условные знаки топографических карт.

Теория. Назначение и свойства условных знаков. Масштабные и внемасштабные топографические знаки, и их характеристика. Деление топографических знаков по группам.

Практика. Топографический диктант.

Форма контроля: диктант.

Тема №3.3. Что такое масштаб. Измерение расстояний на карте.

Теория. Виды масштабов: численный, именованный, линейный.

Практика. Работа с картами различного масштаба. Измерения расстояний на карте.

Форма контроля: контрольная работа.

Тема №3.4. Отображение рельефа на топографической карте.

Теория. Способы отображения рельефа на топографических картах. Сущность способа горизонталей. Сечение. Горизонталы основные, утолщенные,

полугоризонталы, бергштрихи, подписи горизонталей отметок высот, урезы вод. Характеристика местности по рельефу.

Практика. Игры, мини соревнования. Упражнения на запоминание способов изображения рельефа на картах. Типичные формы рельефа и их изображение на карте.

Форма контроля: викторина.

Тема №3.5. Виды ориентирования.

Теория. Основные направления на стороны горизонта. Градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта. **Практика.** Занятие по прохождению мини-маршрута.

Форма контроля: мини-соревнование.

Тема №3.6. Ориентирование по сторонам горизонта. Азимут.

Теория. Азимутальное кольцо «Роза направлений». Понятие об азимуте. Азимут истинный (географический) и магнитный.

Практика. Движение по заданному азимуту, обход препятствий. Измерение и построение углов (направлений на карте). Азимутальный тренировочный треугольник. Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнение на глазомерную оценку азимутов. Упражнение на инструментальное измерение азимутов на карте.

Форма контроля: мини-соревнование.

Тема №3.7. Компас. Правила работы с компасом.

Теория. Типы компасов. Устройство спортивного жидкостного компаса. Правила обращения с ними. Четыре действия с компасом.

Практика. Ориентирование карты по компасу. Определение сторон горизонта и градусное значение дополнительных направлений. Упражнения на засечки: определение азимута на заданный предмет (обратная засечка) и нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка).

Форма контроля: зачет.

Тема №3.8. Способы ориентирования.

Теория. Понятие ориентирования на местности. Способы ориентирования. Виды ориентиров: линейные, точечные, звуковой ориентир, ориентир-цель, ориентир-маяк. Способы определения точек стояния на карте.

Практика. Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, по Солнцу, Луне, по Полярной звезде. Ориентирование по карте. Определение точек стояния на топографической карте. Имитация ситуации потери ориентировки.

Форма контроля: зачет.

Тема №3.9. Определение расстояний на топографической карте и на местности.

Теория. Способы измерения расстояний на местности: шагами, глазомерным способом, по времени движения, по слышимости звуков, с помощью спички.

Практика. Измерение своего среднего шага (пары шагов), построение графиков перевода пар шагов в метры для разных условий ходьбы. Упражнения на прохождение отрезков различной длины. Упражнения по определению расстояния до недоступного предмета, определение ширины реки.

Форма контроля: опрос.

Тема №3.10. Подготовка к спортивному ориентированию.

Теория. Виды и характер соревнований по спортивному ориентированию.

Виды стартов. Соревнования по ориентированию в заданном направлении, на маркированной трассе, по выбору, их разновидности, характеристики.

Эстафетное ориентирование в заданном направлении. Контрольные пункты и средства отметки на них. Порядок проведения соревнований.

Практика. Тренировка на местности.

Форма контроля: мини-соревнование.

Тема №3.11. Соревнования по спортивному ориентированию.

Теория. Снаряжение спортсмена ориентировщика. Стартовый протокол.

Практика. Соревнования на дистанции спортивного ориентирования

Форма контроля: зачет.

Раздел 4. Подготовка к туристскому походу.

Теория. Определение цели и района предстоящего похода. Составление меню из списка продуктов.

Практика. Подготовка личного и группового снаряжения. Разработка маршрута. Составление плана графика похода. Смета расходов на подготовку и проведение походов.

Форма контроля: опрос.

Тема №4.1. Порядок движения группы в походе.

Теория. Отработка порядка построения. Проверка снаряжения, веса рюкзаков. Распределение участников в колонне по должностям, физическому состоянию, полу и т.д.

Практика. Отработка походного туристского шага, темп и ритмичность движения. Хронометраж времени при движении группы. Отработка действий на первом привале.

Форма контроля: зачет.

Тема №4.2. Узлы, применяемые в туристском походе.

Теория. Деление узлов на группы по назначению:

1. Для связывания веревок одинакового диаметра (прямой, рифовый, встречный, грейпвайн, ткацкий);
2. Для связывания веревок разного диаметра (академический, шкотовый, брам-шкотовый);
3. Для крепления веревки к опоре (удавка, восьмерка через карабин, штык, булинь, стремя, проводник, восьмерка);
4. Узлы для страховки и само страховки (проводник, проводник-восьмерка, схватывающий всех модификаций, австрийский проводник).

Практика. Отработка навыков вязки узлов.

Форма контроля: зачет

Тема №4.3. Физическая подготовка.

Теория. Приспособление организма к походным условиям. Привыкание к нагрузке (выносливость): постепенность, систематичность.

Практика. Общеразвивающие упражнения. Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи. Упражнения для ног. Лыжная подготовка.

Форма контроля: мини-соревнование.

Тема №4.4. Беговые упражнения. Эстафеты с элементами туризма.

Теория. Виды беговых упражнений, техника выполнения упражнений, техника выполнения элементов спортивной эстафеты. Техника безопасности. **Практика.** Беговые и общеразвивающие упражнения (бег, бег трусцой, бег с высоким подниманием бедра, бег с захлестыванием голени, отжимания, приседания, планка и т.д.

Форма контроля: сдача нормативов.

Раздел 5. Основы гигиены.

Тема №5.1. Техника безопасности в походе.

Теория. Техника безопасности при проведении походов. Организация движения, привалы. Порядок и построение участников группы. Правила движения по дорогам и тропам. Режим и темп движения.

Основные причины возникновения аварийных ситуаций в походе.

Практика. Отработка движения в походном строю.

Форма контроля: опрос.

Тема №5.2. Личная гигиена участника похода.

Теория. Значение занятий физкультурой и спортом для укрепления здоровья.

Вредное влияние на организм человека курения, употребление спиртных напитков. Меры профилактики характерных для пешеходного туризма заболеваний. Водные процедуры. Закаливание организма воздухом, солнцем, водой.

Практика. Разучивание комплекса гимнастических упражнений. Освоение приемов массажа. Применение средств личной гигиены в походах и после тренировок. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов.

Форма контроля: опрос.

Тема №5.3. Медицинская аптечка в походе.

Теория. Перечень и назначение лекарственных препаратов в туристском походе. Хранение, транспортировка, пополнение походной аптечки. Индивидуальная аптечка туриста. Лекарственные растения, применяемые в походе.

Предупреждение и лечение респираторных и простудных заболеваний, ангины. Помощь при тепловом и солнечном ударе, пищевых отравлениях, желудочных заболеваниях. Профилактика пищевых отравлений, желудочно-кишечных заболеваний.

Практика. Формирование походной аптечки. Знакомство с лекарственными препаратами и их использованием.

Форма контроля: зачет.

Тема №5.4. Основные правила и приемы первой доврачебной помощи.

Теория. Основные приемы по оказанию первой доврачебной помощи.

Предупреждение и лечение респираторных и простудных заболеваний, ангины. Помощь при тепловом и солнечном ударе, пищевых отравлениях, желудочных заболеваниях. Профилактика пищевых отравлений, желудочно-кишечных заболеваний. Первая доврачебная помощь. Порезы и раны. Нагноения.

Обработка ран, наложение жгута, ватно-марлевой повязки, способы перевязывания ран. Остановка кровотечения.

Практика. Освоение способов оказания первой доврачебной помощи.

Обработка ран, наложение жгута, ватно-марлевой повязки, способы перевязывания ран. Остановка кровотечения. Наложение шин при переломах. Приемы транспортировки пострадавшего.

Форма контроля: сдача нормативов.

Тема №5.5. Приемы транспортировки пострадавшего в походе.

Теория. Правила транспортировки пострадавшего в походе. Правильное положение тела, пострадавшего при транспортировке.

Практика. Изготовление носилок-волокуши.

Форма контроля: зачет.

Раздел 6. Краеведение. Охрана природы.

Тема №6.1. Землепроходцы и исследователи нашего края.

Теория. Землепроходцы и исследователи земли Кузнецкой: Фёдор Еремеев, Михайло Волков, Семен Ремезов, Петр Чихачев, Порфирий Крылов. Их вклад в освоение Кузнецкого края.

Практика. Работа с атласом.

Форма контроля: тест.

Тема №6.2. Знаменитые люди Кузбасса.

Теория. Земляки кузбассовцы – покорители космоса – А.А. Леонов, Б.В. Вольнов. Герои Великой отечественной войны: Афанасий Шилин, Вера Волошина, Зина Туснолובה.

Практика. Работа с дополнительной литературой.

Форма контроля: тестирование.

Тема №6.3. Достопримечательности Кемеровской области.

Теория. Семь чудес Кемеровской области: Поднебесные Зубья, музей-заповедник «Томская писаница», памятник истории, военно-инженерного искусства и архитектуры «Кузнецкая крепость», памятник природы «Азасская пещера», «Золотая Шория», «Город Мариинск», монумент «Память шахтёрам Кузбасса».

Практика. Работа с дополнительной литературой.

Форма контроля: зачет.

Тема №6.4. Природа Кемеровской области.

Теория. Животный и растительный мир Кемеровской области. Крупные реки и озера края. Горы и равнины.

Практика. Работа с контурными картами, работа с дополнительной литературой.

Форма контроля: опрос.

Тема №6.5. Кузбасс туристический.

Теория. Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий.

Памятники истории и культуры, музеи области, народные и школьные музеи.

Природные и другие интересные объекты, их месторасположение и порядок их посещения.

Практика. Знакомство с картой Кемеровской области.

Викторина «Путешествие по карте».

Форма контроля: зачет.

Тема №6.6. Охрана природы родного края.

Теория. Понятие об экологии. Выявление положительных и отрицательных фактов воздействия человека на природу. Охрана памятников истории и культуры. Охрана природы. Заповеди юного туриста по охране природы.

Практика. Экологические акции во время туристических походов, экскурсий.

Форма контроля: зачет.

Раздел 7. Итоговое занятие.

Тема №7.1. Разговоры у костра.

Теория: рассказы о туристических походах.

Практика: игра «Догони и расскажи».

1.4. Планируемые результаты

Образовательные

- приобретение умений и навыков ориентирования на местности, организации быта походов;
- приобретение навыков техники безопасности, оказания первой доврачебной помощи;

Развивающие

- развитие двигательной, познавательной активности в процессе изучения туристско - краеведческого материала;

Воспитательные

- воспитание морально - волевых и этических качеств;
- воспитание чувства патриотизма, любви к родному краю.

В результате освоения программы учащиеся

знают:

- основные сведения о туризме;
- основы доврачебной помощи пострадавшему;
- географию Кемеровской области;
- туристические объекты нашего края;
- спортивный туристский инвентарь;
- способы ориентирования;
- правила поведения в туристическом походе;
- функции участников на всех этапах подготовки и проведения похода;
- правила хранения, ремонта и ухода за снаряжением;
- правила спортивных туристских соревнований.

умеют:

- выполнять все операции походного быта;
- составлять отчет о походе;
- обеспечивать индивидуальную страховку и групповую безопасность;
- самостоятельно ориентироваться на местности;
- оказывать первую помощь при всех видах травм и заболеваний;
- преодолевать естественные препятствия;
- осуществлять самостоятельную подготовку к походу.

получат навыки:

- общей физической подготовки,
- специальной физической подготовки.

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Количество учебных недель – 37 недель.

Количество учебных дней – 74 дня.

Продолжительность каникул – 01.06.2024 - 31.08.2024

Даты начала и окончания учебных периодов / этапов – 01.09.2023 – 31.05.2024г.

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

№ п/п	Наименование оборудования	Количество единиц	
1	Ноутбук	7	
2	Компьютер педагога	1	
3	Стол ученический	8	
4	Стул ученический	16	
5	Стол педагога	1	
6	Стул педагога	1	

Материально-техническое обеспечение, приобретенное в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование»

№ п/п	Наименование оборудования	Количество единиц	
1	Экшен-камера DigmaDiCam 520 Grev (1шт.)	1	
2	Грудная обвязка Vento (высота 001)	17	
3	Поясная беседка (высота 004) Vento	17	
4	Спусковое устройство восьмерка GURU с креплением	17	
5	Зажим «жумар» правый в корпусе lux (17 шт.);	17	
6	Веревка страховочно-спасательная 10мм	485м	
7	Якорная намотка 6ммX50 м	50м	
8	Компас жидкостный KROMATECH 42мм для карт с линейкой и лупой 2x	17	
9	Курвиметр	2	
10	Навигатор Garmin Trex 32x	2	
11	Спутниковый телефон Thuraea XT-LITE	1	
12	Зарядное устройство на	2	

	<i>солнечных батареях</i>		
13	<i>Каска альпинистская Vento: Quasar</i>	17	
14	<i>Карабин Vento «Высота 523» трапеция с муфтой</i>	85	

Информационное обеспечение:

№ п\п	Перечень программного обеспечения	Условия использования (лицензионное/бесплатное скачивание)	
1	<i>Windows. 10</i>	<i>предустановленное</i>	
2	<i>DaVinci</i>	<i>бесплатное скачивание</i>	

Методические условия: дидактический, наглядный, раздаточный материалы, книги туристско-краеведческой направленности.

Кадровые условия: программа «Туристская тропа Кузбасса» реализуется педагогом дополнительного образования. Педагогом дополнительного образования могут быть лица, имеющие высшее педагогическое образование или среднее педагогическое образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика», имеющие курсы повышения квалификации по своему предмету, без предъявления требований к стажу работы, не имеющие запретов на занятие педагогической деятельностью, предусмотренных ст. 331 ТК РФ.

2.3. Формы контроля

Для отслеживания результатов освоения дополнительной общеразвивающей программы «Туристская тропа Кузбасса» используются следующие виды контроля:

- промежуточный – декабрь, май (тестирование, опрос);
- итоговый – май (ориентирование на местности).

2.4. Оценочные материалы

Перечень оценочных материалов

Раздел программы	Диагностический инструментарий	Оценочные материалы
Вводное занятие	Тестирование	Тест: «Основы начальной туристской подготовки»
Основы спортивного туризма	Тестирование	Тест: «Найди соответствие»
Основы ориентирования, топография	Соревнования	Соревнования по спортивному ориентированию на местности
Подготовка к туристскому походу	Тестирование	Тест: «Что ты знаешь о походе»
Основы гигиены. Первая доврачебная помощь	Тестирование	Тест: «Помоги другу»

Краеведение. Охрана природы	Тестирование	Тест: «Люби и знай, родной край»
Итоговое занятие	Беседа	Беседа «Я- турист»

2.5. Методические материалы

2.5.1. Словарь терминов

Азимут – горизонтальный угол, отсчитываемый по ходу часовой стрелки от северного направления меридиана до заданного направления в пределах от 0 до 360 градусов.

Акья – сани для транспортировки пострадавших, грузов в горных условиях, при проведении спасательных технологий.

Альпеншток – прочная круглая палка длиной 1,5 м, диаметром 3-4 см с острым металлическим наконечником.

Бивак (бивуак) – место для отдыха или ночлега.

Блок – приспособление для облегчения усилия при подъеме и (или) транспортировке грузов по натянутой веревке, тросу, канату.

Виадук – мост через глубокий овраг, дорогу, железнодорожный путь.

Волокуша – приспособление для групповой или индивидуальной транспортировки грузов, пострадавших.

Восьмерка – приспособление для организации страховки и спуска в спортивном туризме.

Жумар – приспособление для подъема.

Маршрут – заранее запланированный путь следования. Бывает линейным и кольцевым.

Переход – передвижение под рюкзаками от точки А к точке Б.

Радиальный поход – замкнутый кольцевой маршрут через несколько точек интереса с возвращением в точку старта.

Треккинг – многодневный пешеходный поход под рюкзаками.

2.5.2. Учебно-методический комплекс

1. Дидактический материал

Название раздела/темы	Вид материалов	Название
I. Основы спортивного туризма		
	видеофильм	видеофильм «В походе»
II. Основы ориентирования, топография		
	топографическая карта, компас	измерение расстояний на карте
	раздаточный материал	Найди соответствие между терминами и их определениями
	методическое	

	пособие	
III. Подготовка к туристскому походу		
	инструкция	«Правило поведения в походе»
	раздаточный материал	Найди соответствие между терминами и их определениями
IV. Основы гигиены. Первая доврачебная помощь	Тестирование	«Как помочь другу»
V. Краеведение. Охрана природы	Экскурсия с элементами исследования	«Определи растения луга»

Список литературы

Список литературы для педагога

1. Антропов К., Расторгуев М. Узлы. «ГУРИЯ» ЗУГДИДИ, 1992. 58 с.
2. Бардин К.В. Азбука туризма (О технике пешеходных путешествий). Пособие для учителей, руководителей туристских походов со школьниками. Издание 2-е, исправ. и доп. Москва: «ПРОСВЕЩЕНИЕ», 1981. 56 с.
3. Ильин А. Школа выживания при аварийных и стихийных бедствиях. Москва: ЭКСМО, Пресс, 2001. 384 с.
4. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм: Учебно-методическое пособие. М.: изд-во ФЦДЮТ и К, 2008. 600 с.
5. Константинов Ю.С. Из истории детского туризма в России (1918 – 2008 гг.). Москва: изд-во ФЦДЮТ и К, 2008. 312 с.
6. Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма. Москва: изд-во ФЦДЮТ и К, 2006. 208 с.
7. Константинов Ю.С., Шур Г.В. Ориентирование как образ жизни, или с улыбкой об ориентировании. Москва: изд-во ФЦДЮТиК, 2007. 296 с.
8. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. 2-е изд. перераб. и доп. Москва: Профиздат, 1990. 198 с.
9. Кропочев В.А. Подвижные игры: учебное пособие. Томск: STT, 2007. 234с.
10. Северный В.Я. Туризм в Кузбассе. Учебное пособие. Кемерово: ИПП «Кузбасс», ОО «Скиф», 2009. 244 с.
11. Соловьев Л.И. Краеведческие игры. Учебное пособие. Кемерово: КРИПКР и ПРО, 2004. 368 с.
12. Спортивное ориентирование. Программы для системы дополнительного образования детей. Москва: ЦДЮТур, 1999. 123 с.
13. Фесенко Т.Е. Книга молодого ориентировщика. Москва: ЦДЮТур, 1997. 203 с.

Список литературы для учащихся

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. Москва: Изд-во И. Балабанова; 2012. 80 с.
2. Апостолова Н.А., Тузовский Е.В. В мире ориентиров: учебно – методическое пособие по спортивному ориентированию. Белово: МБОУ ДОД «Дворец творчества детей», 2006. 123 с.
3. Константинов Ю.С. Из истории детского туризма в России (1918 – 2008 гг.). Москва: изд-во ФЦДЮТ и К, 2008. 312 с.
4. Константинов Ю.С., Шур Г.В. Ориентирование как образ жизни, или с улыбкой об ориентировании. Москва: изд-во ФЦДЮТ и К, 2007. 296 с.
5. Куликов В.М. Словарь юного туриста. Москва: изд-во ФЦДЮТ и К, 2008. 76 с.
6. Северный В.Я. Туризм в Кузбассе. Учебное пособие. Кемерово: ИПП «Кузбасс», ОО «Скиф», 2009. 244 с.