

Управление образования администрации
Няндомского муниципального района Архангельской области
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Районный центр дополнительного образования детей»

Рассмотрена на заседании
педагогического совета
«09» марта 2022 г.
протокол № 3

УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора РЦДО
Н.В. Богданова
Н.В. Богданова
«09» марта 2022 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Истоки»
(туристско-краеведческая направленность)

Возраст детей: 11-13 лет
Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель:
Наумова Анастасия Васильевна,
педагог дополнительного образования

Няндом
2022 г.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Истоки» (далее программа) имеет туристско-краеведческую направленность и разработана для детей от 11 до 13 лет. Программа направлена на формирование и развитие туристских умений и навыков у детей, их оздоровление и успешную самореализацию, социальную адаптацию, путём приобщения к культурному наследию истории родного края.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми актами:

- Федеральный закон №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года (ред.24.03.2021г.),
 - Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р),
 - Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден приказом Министерства просвещения РФ от 9.11.2018 № 196),
 - Методические рекомендации 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 от 18.11.2015 № 09-3242),
 - Постановление 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 молодёжи»»,
 - Устав Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Районный центр дополнительного образования детей»
- и с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся на занятиях туристско-краеведческой направленности и спецификой работы учреждения.

Актуальность программы

Важнейшей стратегической задачей современного образования является всестороннее развитие подрастающего поколения. Школьный туризм – мощный катализатор развития ребёнка, уникальное педагогическое средство. Туристическая деятельность учащихся является одним из эффективных средств комплексного воздействия на формирование их личности. В ней интегрируются все основные стороны воспитания: идейное, нравственное, трудовое, эстетическое, физическое, значительно расширяется кругозор школьников. С помощью туристско-краеведческой деятельности происходит более эффек-

тивное воздействие природной и социальной среды на развитие личности учащегося. Специфичность туризма и краеведения как раз и заключается в непосредственном погружении учащегося в окружающую его жизнь.

На занятиях ребята научатся пользоваться картой и компасом, ориентироваться на местности. Умение ориентироваться на местности имеет большое значение в подготовке юных туристов к сложным походам, также оно относится к категории жизненных навыков, которые составляют неотъемлемую часть всестороннего развития личности, во многих областях деятельности человека умение отлично ориентироваться - обязательное условие (строители дорог, моряки, летчики, геологи, геодезисты и т.д.).

Романтика туристической деятельности позволяет привлечь в эту сферу детей, их родителей, педагогический коллектив. В полной мере реализуются принципы педагогики сотрудничества. Широкие педагогические возможности туризма и краеведения содействуют сплочению детского коллектива, вовлекают родителей в педагогический процесс.

Программа предполагает овладение знаниями и умениями, необходимыми юным туристам-путешественникам. Обучающиеся учатся выбирать место для привала, разводить костер, ставить палатку, готовить на костре пищу, оказывать первую помощь при травмах и внезапных заболеваниях.

Туристско-краеведческая деятельность позволяет создать единый коллектив единомышленников, что способствует усилению воспитательного воздействия на обучающихся, улучшению целенаправленности педагогического процесса. Туризм является ярким воплощением в жизнь педагогики коллективной творческой деятельности.

Программа имеет комплексный подход к воспитанию и обучению обучающихся, включает и сочетает такие направления как: собственно туристско-краеведческое, физкультурно-спортивное, естественно-научное, эколого-биологическое, военно-патриотическое, социально-экономическое, социально-педагогическое, культурно-просветительское, нравственное, эстетическое и трудовое.

В настоящее время всё больше внимания уделяется пропаганде здорового образа жизни. Туристско-краеведческая деятельность в большей степени способствует формированию здорового образа жизни обучающихся и относится к традиционным методам воспитания, обучения, оздоровления детей, а также служит важным средством гармоничного развития, укрепления здоровья и воспитания современного человека. **Востребованность** программы заключается в том, что разработана она с учетом родительского спроса и запросов детей в изучении краеведческих ценностей родного края.

В современном мире, в век высоких технологий, когда мы всё больше времени проводим у экранов компьютеров, телефонов и школьники всё меньше общаются со своими сверстниками. Экскурсии, походы по родному краю, путешествия по стране помогают ребятам лучше узнать природу, способствуют общению между собой, в коллективе, без гаджетов. Краеведческая

работа воспитывает любовь к малой родине, учит разумно использовать богатства родного края, ценить и беречь их, а также прививает интерес к познанию нового, формирует практические умения и навыки. Занятия туризмом – это не кратковременное развлечение, как самоцель удовлетворения личных интересов человека, в отрыве от умственного, трудового, нравственного и эстетического воспитания.

Актуальность данной программы заключается в том, что туризм обладает огромным воспитательным потенциалом, способствует воспитанию патриота, определению социально-значимых нравственных ориентиров, сохранению и укреплению здоровья, повышению интеллектуального и духовного потенциала, познанию родного края и культурных традиций.

Туристско-краеведческая деятельность - комплексное средство всестороннего развития личности, ее эффективной самореализации в обществе. Развитие туристического краеведения в системе образования исторически обусловлено социально-экономическими процессами, происходящими в обществе, запросами семьи и школьника. Разнообразные формы деятельности обеспечивают комплексный характер в обучении, воспитании и оздоровлении детей, в программе заложены широкие возможности для творческой самореализации обучающихся – спортивной, научной, художественной, технической, социальной.

Возможность использования программы в других образовательных системах

Программа реализуется в муниципальном автономном учреждении дополнительного образования «Районный центр дополнительного образования детей» города Няндомы Архангельской области.

Благодаря широкой направленности, программа может быть реализована не только в рамках учреждения, возможно использование и в других образовательных системах очно, а также с применением дистанционных технологий.

Цель программы – создание оптимальных условий для развития и самореализации школьников, формирования позитивных жизненных ценностей в процессе туристско-краеведческой деятельности.

Основные задачи программы:

Обучающие:

- сформировать специальные знания туристической техники, умения ориентироваться на местности, навыки оказания доврачебной медицинской помощи;
- обучить основам техники пешеходного туризма, приемам техники безопасности, организации быта в походах, экспедициях;
- расширить знания по географии, биологии, экологии, полученные в средней школе;

Развивающие:

- развивать творческую, познавательную и созидательную активность;

- расширять знания об окружающем мире;
- формировать потребность в здоровом образе жизни и навыки безопасного поведения;
- способствовать физическому совершенствованию: развивать силу, выносливость, координацию движений в соответствии с возрастными и физическими возможностями учащихся;

Воспитательные:

- развивать лидерские, волевые качества;
- развить организаторские и коммуникативные навыки, умение брать на себя ответственность, принимать решение;
- выработать организационные навыки, умение вести себя в коллективе;
- сформировать гуманное отношение к окружающей среде и людям;
- формировать самостоятельность, привычку рационально использовать свободное время.

Отличительные особенности программы

- Программа имеет базовый уровень и предполагает знакомство учащихся с начальными туристскими навыками, а также знакомство с основными понятиями краеведения и получение первоначальных знаний о родном крае.
- Программа предполагает индивидуальный подход, ориентируясь на личностный потенциал ребёнка и его самореализацию.
- Учащиеся приобретают комплекс теоретических знаний и практических навыков, необходимых для участия в походе выходного дня с развитием навыков самоорганизации и распределения походных ролей. Также возможно построение индивидуального образовательного маршрута обучающихся.
- Яркой отличительной особенностью данной программы является её тесная связь с практикой: знакомство детей с основами туризма и ориентирования на местности, формирование навыков выживания в экстремальных ситуациях и оказания первой медицинской помощи. Подростки на местности изучают достопримечательности родного края: памятные знаки, основные объекты производства, природные ресурсы.
- Программа включает работу по краеведению, даёт представление о туризме как способе познания окружающего мира. Во время походов школьники углублённо изучают историю, природу и культуру родного края. Программа предполагает возможность проектной и исследовательской деятельности обучающихся.
- Данная программа представляет собой уникальный оздоровительный комплекс, способствует культурно-патриотическому воспитанию подрастающего поколения. Так, программа «Истоки», включает самостоятельный пешеходный туризм - интересный и полезный способ организации досуга учащихся, который обучает детей переносить бытовую неустроенность и трудности; учит брать на себя ответственность за общее дело; способствует бережному отношению к природе и памятникам культуры, рациональному

использованию своего времени, сил, имущества; формирует навыки труда по самообслуживанию; способствует развитию самостоятельности учащихся.

- Программа легко интегрируется со школьными предметами: география, история, физкультура, ОБЖ, экология.
- Обучающиеся по программе учатся на практике разрабатывать туристические маршруты своего населенного пункта.
- Предполагается очная, с элементами дистанционной, форма реализации программы.

Педагогические принципы реализации программы

Учебный материал программы «Истоки» состоит из двух составных частей:

- Теоретической - формирующей систему понятий, теоретических знаний, которые должны получить учащиеся в процессе обучения;
- Практической – направленной на приобретение умений и навыков.

В основу программы положены следующие принципы:

1. **Доступность:** программа соответствует возрастным и индивидуальным особенностям детей среднего школьного возраста.
2. **Наглядность:** во время занятий широко используется демонстрация и безукоризненный показ действий педагогом.
3. **Научность:** совместная деятельность с подростками нацелена на изучение научной литературы, периодических изданий. Программа имеет хорошую фундаментальную методологическую базу и теоретическую основу.
4. **Последовательность:** поэтапное формирование умений. Задания программы построены «от простого к сложному» - научившись элементарным навыкам, школьник переходит к выполнению более сложных заданий.
5. **Систематичность (непрерывность и регулярность занятий)** - предусматривающий взаимосвязь и последовательность всех компонентов программы, соблюдение установок «от простого к сложному», «от частного – к общему».
6. **Повторяемость материала** (повторение вырабатываемых технических навыков).
7. **Сознательность и активность** (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).
8. **Дифференциация и индивидуализация**, предполагающая создание условий для максимального развития задатков и способностей каждого воспитанника.

9. Содействие и сотрудничество обучающихся и взрослых, признание ребенка полноценным участником образовательных отношений.
10. Поддержка инициативы детей в различных видах деятельности, сотрудничество с семьей.

Успешное решение поставленных задач на занятиях возможно только при использовании педагогических принципов и методов обучения.

Доминирующими методами обучения являются: объяснительно-иллюстративные методы обучения. При использовании такого метода обучения учащиеся воспринимают и усваивают готовую информацию.

Также используются методы:

- Наглядный иллюстративный метод – выразительный показ.
- Метод аналогий. В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог, используя игровую атрибутику, образ, активизирует пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей.
- Словесный метод – объяснение, рассказ, беседа.
- Практический метод заключается в многократной отработке полученных знаний, умений и навыков на практике.
- Репродуктивный метод
- Концентрический метод – педагог, по мере усвоения детьми определенного материала, возвращается к пройденному, но с более усложненным вариантом исполнения.

Программа «Истоки» предполагает изучение следующих тем: «Безопасность юного туриста», «Основы гигиены. Оказание первой доврачебной помощи. Обработка ранок, ссадин и наложение простейших повязок», «Законы, правила, нормы и традиции туризма, традиции своего коллектива», «Быт юного туриста» и другие. Структура и содержание программы составлены с учётом психолого-педагогических особенностей учащихся.

Основной составляющей образовательного процесса являются регулярные занятия, как теоретические, так и практические, а также участие в походах. Важным аспектом обучения являются туристские походы (походы выходного дня – 1-2 дня и многодневные походы).

Занятия по программе имеют преимущественно практический характер, включающий игровые моменты, соответствующие возрасту обучающихся. Лишь небольшая часть занятий проводится в форме рассказа и бесед. Теоретические и практические занятия проводятся с привлечением наглядных мате-

риалов, использованием новейших методик, пояснения с примерами наглядного показа, посещение памятных мест, объектов по теме исследования, туристские игры и викторины.

Характеристика обучающихся по программе

Программа ориентирована на возрастную группу детей 11-13 лет без какой-либо предварительной подготовки. В 11-13 лет ведущим видом деятельности детей становится общение (со сверстниками), характерным является стремление найти своё место среди сверстников, подростки пытаются утвердиться в новой социальной роли, стараются выйти за рамки школы в другую сферу, имеющую социальную значимость.

Подростковый возраст характеризуется диспропорциями в уровне и темпах психического развития. В этот период конкретное, образное мышление, характерное для детей, все больше уступает абстрактному. Мышление становится более самостоятельным, активным, творческим. Наблюдаются высокая эмоциональность, неуравновешенность настроения, немотивированные поступки, вспыльчивость, преувеличение своих возможностей. Источник этого явления - интенсивное физическое развитие, половое созревание, появление так называемого чувства взрослости. Апогей психологической изменчивости у мальчиков приходится на 11-13 лет, у девочек - на 11-15 лет.

Подростки, по сравнению с детьми, более целеустремлены, настойчивы, однако в проявлении этих качеств часто бывают односторонними. Для подросткового возраста характерно попеременное проявление полярных качеств психики: целеустремленность и настойчивость сочетаются с импульсивностью и неустойчивостью, повышенная самоуверенность и безапелляционность в суждениях сменяется легкой ранимостью и неуверенностью в себе, потребность в общении - желанием уединиться, развязность соседствует с застенчивостью; романтизм, мечтательность, возвышенность чувств нередко уживаются с сухим рационализмом и циничностью. Искренняя нежность, ласковость могут быстро сменяться черствостью, отчужденностью, враждебностью и даже жестокостью.

В данном возрасте происходят новообразования в личностном ракурсе:

- «чувство взрослости»;
- самосознание;
- самоопределение (осознание себя в качестве члена общества, предпочтений будущей профессии, выбор ценностных ориентиров, идеалов, жизненного пути) и формирование отношения к себе.

У 11-13-летних подростков значительно улучшается обработка данных и увеличивается результативность тактического мышления уменьшается число ошибочных решений. У подростков уменьшается время принятия решения. В целом необходимо отметить, что возраст 11-13 лет является сенситивным для занятия спортом и туризмом.

Таким образом, можно сделать вывод, что возраст 11-13 лет особенно благоприятен для физического воспитания, так как соответствует проявлениям многих сенситивных периодов развития физических качеств, т. е. периодов, наиболее чувствительных к тренирующим воздействиям. Начиная с данного возраста единый подход к формированию моторных свойств подростков наиболее эффективен. Развитие быстрых скелетно-мышечных волокон и нервных спинальных центров, управляющих их сокращением, значительно сокращается. Время двигательных реакций, позволяет совершенствовать силу, ловкость и прочие проявления координации движений. При правильном распределении физической нагрузки занятия туризмом в подростковом возрасте оказывают положительное влияние на формирование организма занимающихся.

Обучение по данной программе способствует всестороннему развитию личности подростка, совершенствованию его интеллектуального, духовного и физического развития, формирует сферу предметного общения внутри детского коллектива, содействует формированию позитивных жизненных ценностей.

Общественный характер взаимоотношений в туризме требует от участников программы коллективизма, взаимовыручки, самопожертвования во имя общей цели, краеведение воспитывает духовность, способствует социализации обучающихся, при этом позволяя нести идеи духовных и социальных ценностей в среду через различные проекты и исследования.

Программой не определяются требования к начальному уровню подготовки обучающихся. Программу «Истоки» могут осваивать школьники как без какой-либо специальной подготовки по туризму и краеведению, так и обучающиеся, обладающие небольшим опытом.

Сроки и этапы реализации программы

Программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дополнительного образования, имеет срок реализации – 1 год обучения (72 часа), основана на изложении материала в доступной, увлекательной форме и рассчитана на качественное изменение в познавательной, творческой деятельности каждого ребенка.

Зачисление детей производится в начале учебного года, на программу зачисляются все желающие от 11 до 13 лет, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья, специальных знаний и подготовки не требуется. Программой не определяются требования к начальному уровню подготовки обучающихся. Набор детей в группу носит свободный характер, обусловлен интересами учащихся и их родителей. Группы формируются без конкурсного отбора на основании заявлений родителей (законных представителей).

Формы и режим занятий по программе

В соответствии с нормами СП 2.4.3648-20 занятия проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность занятий – 2 часа, с перерывом – 10 минут.

Формы организации образовательного процесса предполагают проведение коллективных занятий (группой, 10-15 человек), малыми группами (4-6 человек) и индивидуально. Группы формируются на основании заявлений законных представителей. В ходе работы предусматриваются различные формы как индивидуальной работы обучающегося, так и его сотрудничества, и сотрудничества с другими детьми, со взрослыми – педагогом и родителями.

Образовательная деятельность по программе может осуществляться во второй половине дня. Форма обучения по программе: очная, также программа может быть реализована с использованием дистанционных технологий.

Программа включает комплексные занятия, теоретические и практические занятия по технике туризма и ориентированию, тренировке по общей физической подготовке. Средствами общей физической подготовки являются общеразвивающие упражнения, направленные на развитие и воспитание основных физических качеств, укрепление мышц и связок, совершенствование координационных способностей организма. Физическая подготовка направлена на развитие физических качеств, необходимых в туризме: выносливости, силы, ловкости и быстроты.

Теоретические знания имеют определенную целевую направленность: выработать у подростков умение использовать полученные знания на практике, в условиях занятий.

В теоретической части в образовательном процессе используются традиционные методы обучения:

- Словесные (рассказ, объяснение, беседа, диспут);
- Наглядные (демонстрация, показ – плакатов, рисунков, схем, географических изображений, карт, видеофильмов, приёмов работы);
- Практические (работа с книгой, справочной литературой, дидактическим материалом, нормативно-правовыми документами, выполнение заданий).

Соединение индивидуальных и коллективных форм работы способствует решению творческих задач, решению нестандартных задач, совместное обсуждение работ являются хорошим стимулом для дальнейшей деятельности.

Метод применения информационно-коммуникативных технологий позволяет обучать детей на основе самостоятельного поиска информации в сети интернет, обмена информацией, выполнение диагностических тестов и заданий по туристической подготовке.

Структура занятия:

I этап. Организационная часть.

- Организация начала занятия – постановка образовательных, воспитательных, развивающих задач, сообщение темы и плана занятия.

II этап. Основная часть.

- Актуализация знаний (повторение) – проверка имеющихся у детей знаний и умений для подготовки к изучению новой темы.
- Постановка цели и задач занятия
- Объяснение нового материала – формирование новых знаний и умений, показ образца – эталона.
- Закрепление – упражнения на освоение и закрепление знаний, умений и навыков по образцу, на перенос в сходную и изменённую ситуацию.

III этап. Заключительная часть

- Анализ работы. Подведение итогов занятия, формирование выводов. Рефлексия (краткий анализ работы, подведение итогов) - педагог вместе с детьми, еще раз проговаривает основные моменты занятия

Ожидаемые результаты и форма их проверки

В ходе освоения программы каждый обучающийся достигает результаты

Обучающие:

- сформировались специальные знания туристической техники, умения ориентироваться на местности, навыки оказания доврачебной медицинской помощи;
- обучающиеся владеют основами техники пешеходного туризма, приемами техники безопасности, организации быта в походах, экспедициях;
- школьники расширили знания по географии, биологии, экологии, полученные в средней школе;

Развивающие:

- у школьников развита творческая, познавательная и созидательная активность;
- у детей расширились знания об окружающем мире;
- сформировалась потребность в здоровом образе жизни и навыки безопасного поведения;
- обучающиеся получили навык по физическому совершенствованию: развили силу, выносливость, координацию движений в соответствии с возрастными и физическими возможностями;

Воспитательные:

- у школьников развиты лидерские, волевые качества;
- у обучающихся развиты организаторские и коммуникативные навыки, умение брать на себя ответственность, принимать решение;
- выработались организационные навыки, умения вести себя в коллективе;
- сформировалось гуманное отношение к окружающей среде и людям;
- сформировалась самостоятельность, привычка рационально использовать свободное время.

Формы оценки результатов освоения программы

Исходя из поставленных цели, задач и прогнозируемых результатов обучения, разработаны следующие формы отслеживания результативности программы:

- ❖ Теоретическая подготовка: опрос, собеседование, тест-задания.
- ❖ Общефизическая подготовка: тестирование, соревнования.
- ❖ Освоение программного материала: тестирование, наблюдения.

Оценочные материалы

Диагностика результатов обучения по программе проводится регулярно:

- ✓ входная диагностика – в начале обучения (опрос)
- ✓ текущая диагностика – на каждом занятии (наблюдение)
- ✓ промежуточная диагностика – зачёт по теме «туристское снаряжение» (игра «собери рюкзак»), сдачи 3-х узлов (прямой, проводник, встречный). Результат диагностики считается положительным, если «рюкзак» собран с 2-мя ошибками и без ошибок - узлы завязаны самостоятельно, без помощи педагога
- ✓ итоговая диагностика проводится в форме игры и соревнований на местности.

Диагностика умений проводится по 3-х бальной шкале.

Входная диагностика:

1 балл

- практически не обладает соответствующими умениями и навыками
- или/и имеет трудности (при выполнении заданий)
- или/и затрудняется в применении простых приёмов работы, доступных данному возрасту

2 балла

- обладает соответствующими умениями и навыками в начальной степени
- обладает навыками правильного использования материалов начальной степени
- правильно использует простые приёмы работы, доступные в данном возрасте

3 балла

- ✓ обладает соответствующими умениями и навыками в отличной степени
- ✓ обладает навыками правильного и быстрого использования материалов
- ✓ правильно использует простые и сложные приёмы работы, доступные в данном возрасте.

Диагностическая карта (см. Приложение №1)

Формы контроля и подведения итогов реализации программы

Контроль знаний, умений и навыков по программе «Истоки» проводится согласно «Положению об итоговой (входной) диагностике в рамках реализации дополнительных образовательных программ» Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Районный центр дополнительного образования детей» города Няндомы Архангельской области.

Формами подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы являются игра, а также соревнования на местности.

Оценочные средства позволяют проконтролировать заявленные результаты обучения, измерить его и оценить (приложение №2)

Учебный план

№ п/п	Содержание	Количество часов		
		1 год		
		Теория	Практика	Всего
	Безопасность юного туриста	2	2	4
	Основы гигиены. Оказание первой доврачебной помощи. Обработка ранок, ссадин и наложение простейших повязок.	2	4	6
	Законы, правила, нормы и традиции туризма, традиции своего коллектива	0,5	0,5	1
	Быт юного туриста	-	1	1
	Кухня юного туриста	0,5	0,5	1
	Песни и игры юного туриста	0,5	0,5	1
	Распределение обязанностей в походе	0,5	0,5	1
	Туристическое снаряжение Личное и групповое туристское снаряжение	1	5	6
	Поход-знакомство	-	6	6
	Организация биваков.	-	4	4
	Ориентирование на местности. Условные знаки	-	4	4
	Компас. Работа с компасом	-	4	4
	Узлы	1	3	4
	Учебно-тренировочное занятие на местности.	-	3	3

	Походы выходного дня (4 похода сезонных) с преодолением препятствий	-	20	20
	Природоохранная акция. БУМ (Большая Уборка Мусора)	-	2	2
	ОФП Общая физическая подготовка	-	2	2
	Подведение итогов. Аттестация. Анализ	1	1	2
	Итого:	9	63	72

Учебно-тематический план

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	В том числе:		
			Теория	Практика	
1	Безопасность юного туриста	4	2	2	Наблюдение. Входная диагностика
2	Основы гигиены. Оказание первой доврачебной помощи. Обработка ранок, ссадин и наложение простейших повязок.	6	2	4	Наблюдение
3	Законы, правила, нормы и традиции туризма, традиции своего коллектива	1	0,5	0,5	Наблюдение
4	Быт юного туриста	1	-	1	Наблюдение
5	Кухня юного туриста	1	0,5	0,5	Наблюдение
6	Песни и игры юного туриста	1	0,5	0,5	Наблюдение
7	Распределение обязанностей в походе	1	0,5	0,5	Наблюдение
8	Туристическое снаряжение Личное и групповое туристское снаряжение	6	1	5	Наблюдение
9	Поход-знакомство	6	-	6	Наблюдение
10	Организация биваков.	4	-	4	Наблюдение
11	Ориентирование на местности. Условные знаки	4	-	4	Наблюдение
12	Компас. Работа с компасом	4	-	4	Наблюдение
13	Узлы	4	1	3	Наблюдение

14	Учебно-тренировочное занятие на местности.	3	-	3	Наблюдение
15	Походы выходного дня (4 похода сезонных) с преодолением препятствий	20	-	20	Наблюдение
16	Природоохранная акция. БУМ (Большая Уборка Мусора)	2	-	2	Наблюдение
17	ОФП Общая физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение
18	Подведение итогов. Аттестация. Анализ	2	1	1	Наблюдение. Итоговая диагностика
		72	9	63	

Календарный учебный график.

Количество учебных недель: 36

Количество учебных дней: 72

Продолжительность каникул:

Даты начала и окончания учебных периодов/этапов:

01.09.2022 – 30.10.2022

09.11.2022 – 29.12.2022

10.01.2023 – 28.03.2023

05.04.2023 – 28.05.2023

№	Дата проведения	Время проведения занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1.		14.00-15.30	Безопасность юного туриста	2	тест	РЦДО	Наблюдение. Входная диагностика

2.		14.00-15.30	Безопасность юного туриста	2	тест	РЦДО	Наблюдение Входная диагностика
3.		14.00-15.30	Основы гигиены. Оказание первой доврачебной помощи. Обработка ранок, ссадин и наложение простейших повязок.	2	зачет	РЦДО	Наблюдение
4.		14.00-15.30	Основы гигиены. Оказание первой доврачебной помощи. Обработка ранок, ссадин и наложение простейших повязок.	2	зачет	РЦДО	Наблюдение
5.		14.00-15.30	Основы гигиены. Оказание первой доврачебной помощи. Обработка ранок, ссадин и наложение простейших повязок.	2	зачет	РЦДО	Наблюдение
6.		14.00-15.30	Законы, правила, нормы и традиции туризма, традиции своего коллектива	1	зачет	РЦДО	Наблюдение
7.		14.00-15.30	Быт юного туриста	1	КТД-зачет	РЦДО	Наблюдение
8.		14.00-15.30	Кухня юного туриста	1	Игра-тест	РЦДО	Наблюдение
9.		14.00-15.30	Песни и игры юного туриста	1	Походный концерт	РЦДО	Наблюдение
10.		14.00-15.30	Распределение обязанностей в походе	1	Стажировка по ролям	РЦДО	Наблюдение

11.	14.00-15.30	Туристическое снаряжение Личное и групповое туристское снаряжение	2	Диктант	РЦДО	Наблюдение
12.	14.00-15.30	Туристическое снаряжение Личное и групповое туристское снаряжение	2	Диктант	РЦДО	Наблюдение
13.	14.00-15.30	Туристическое снаряжение Личное и групповое туристское снаряжение	2	Диктант	РЦДО	Наблюдение
14.	14.00-15.30	Поход-знакомство	2	ф/отчет	РЦДО	Наблюдение
15.	14.00-15.30	Поход-знакомство	2	ф/отчет	РЦДО	Наблюдение
16.	14.00-15.30	Поход-знакомство	2	ф/отчет	РЦДО	Наблюдение
17.	14.00-15.30	Организация биваков	2	зачет	РЦДО	Наблюдение
18.	14.00-15.30	Организация биваков	2	зачет	РЦДО	Наблюдение
19.	14.00-15.30	Ориентирование на местности. Условные знаки	2	зачет	РЦДО	Наблюдение
20.	14.00-15.30	Ориентирование на местности. Условные знаки	2	зачет	РЦДО	Наблюдение
21.	14.00-15.30	Компас. Работа с компасом	2	Личный зачет	РЦДО	Наблюдение

22.		14.00-15.30	Компас. Работа с компасом	2	Личный зачет	РЦДО	Наблюдение
23.		14.00-15.30	Узлы	2	Личный зачет	РЦДО	Наблюдение
24.		14.00-15.30	Узлы	2	Личный зачет	РЦДО	Наблюдение
25.		14.00-15.30	Учебно-тренировочное занятие на местности	2	Личный зачет	РЦДО	Наблюдение
26.		14.00-15.30	Учебно-тренировочное занятие на местности	1	Личный зачет	РЦДО	Наблюдение
27.		14.00-15.30	Походы выходного дня (4 похода сезонных) с преодолением препятствий	2	Пешие, велопоход, флористический	РЦДО	Наблюдение
28.		14.00-15.30	Походы выходного дня (4 похода сезонных) с преодолением препятствий	2	Пешие, велопоход, флористический	РЦДО	Наблюдение
29.		14.00-15.30	Походы выходного дня (4 похода сезонных) с преодолением препятствий	2	Пешие, велопоход, флористический	РЦДО	Наблюдение
30.		14.00-15.30	Походы выходного дня (4 похода сезонных) с преодолением препятствий	2	Пешие, велопоход, флористический	РЦДО	Наблюдение
31.		14.00-15.30	Походы выходного дня (4 похода сезонных) с преодолением препятствий	2	Пешие, велопоход, флористический	РЦДО	Наблюдение

32.	14.00-15.30	Походы выходного дня (4 похода сезонных) с преодолением препятствий	2	Пешие, велопоход, флористический	РЦДО	Наблюдение
33.	14.00-15.30	Походы выходного дня (4 похода сезонных) с преодолением препятствий	2	Пешие, велопоход, флористический	РЦДО	Наблюдение
34.	14.00-15.30	Походы выходного дня (4 похода сезонных) с преодолением препятствий	2	Пешие, велопоход, флористический	РЦДО	Наблюдение
35.	14.00-15.30	Походы выходного дня (4 похода сезонных) с преодолением препятствий	2	Пешие, велопоход, флористический	РЦДО	Наблюдение
36.	14.00-15.30	Походы выходного дня (4 похода сезонных) с преодолением препятствий	2	Пешие, велопоход, флористический	РЦДО	Наблюдение
37.	14.00-15.30	Природоохранная акция. БУМ (Большая Уборка Мусора)	2	Участие в акции	РЦДО	Наблюдение
38.	14.00-15.30	ОФП Общая физическая подготовка	2	зачет	РЦДО	Наблюдение
39.	14.00-15.30	Подведение итогов. Аттестация. Анализ	2	Фотоотчёт. Награждение. Конкурс на звание «Турист года»	РЦДО	Наблюдение. Итоговая диагностика
Всего:			72			

Содержание программы.

1. Безопасность юного туриста

Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий. Значение дисциплины, при преодолении естественных препятствий. Обеспечение безопасности – главное требование к каждому туристскому походу. Основные причины возникновения опасности, связанные с дисциплиной туристов, плохой подготовкой похода, климатическими условиями.

Правила поведения туристов в лесу, на воде, во время грозы, при преодолении естественных препятствий. Сигналы бедствия.

2. Основы гигиены. Оказание первой доврачебной помощи. Обработка ранок, ссадин и наложение простейших повязок

Личная гигиена туриста: уход за ногами и обувью во время похода. Гигиенические требования к одежде, жилищу, посуде туриста. Купание в походе. Предупреждение охлаждений и обморожений в зимнем походе.

Практические занятия: Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов.

Походный травматизм. Заболевания в походе. Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Помощь утопающему, обмороженному. Респираторные и простудные заболевания. Пищевые отравления. Желудочные заболевания. Укусы насекомых. Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран, промывание желудка.

Практические занятия: Способы обеззараживания питьевой воды. Оказание первой помощи условно пострадавшему.

3. Законы, правила, нормы и традиции туризма, традиции своего коллектива

Обязанности руководителя похода. Обязанности участника похода. Поход как стимул. Консолидация туристического коллектива.

Практические занятия:

Составление правил и норм, традиций своего коллектива

4. Быт юного туриста

Выбор места для привала, ночлега. Основные требования к месту ночлега. Организация работы по развёртыванию и свёртыванию лагеря: планирование лагеря (выбор места для палаток и костра, определение места для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы). Уход за одеждой обувью в походе. Правила разведения костра. Заготовка дров. Уборка места лагеря перед уходом группы. Установка палаток. Размещение вещей в них. Предохранение палаток от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке.

Практические занятия: Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Развёртывание и свёртывания лагеря. Разведение костра. Сборка и разборка палаток.

5. Кухня юного туриста

Продукты в походе. Калорийность. Походное меню. Упаковка и транспортировка продуктов. Сублимированные продукты. Сушка овощей, фруктов, хлеба

в домашних условиях. Туристская посуда. Уход за котелками. Приготовление пищи на костре.

Практическое занятие Выход группы на пикники с целью отработки навыков приготовления пищи.

6. Песни юного туриста

История авторской песни. Автор песни. Бардовская, туристская песня. Ю.Визбор: человек, судьба, профессия, песни.

Практическое занятие: разучивание и исполнение туристических песен под гитару. Обсуждение песни: что понравилось, чем понравилось, о чем она и т.п.

7. Распределение обязанностей

Административно-хозяйственные должности. Деления походных должностей на три группы: постоянные, временные и дежурные.

Временные походные должности: фотокорреспондент. Ответственный за палатку.

Дежурные походные должности: дежурный командир дежурный фотокорреспондент (Ведёт дневник), дежурный по кухне (повар), дежурный костровой, дежурный штурман.

Постоянные: заместитель командира по питанию, заместитель командира по снаряжению. Костровой, главный штурман (проводник), краевед, санитар, фотограф.

Практическое занятие Стажировка в роли командира группы, заместителя командира по питанию, заместителя командира по снаряжению, кострового.

8. Туристическое снаряжение

Личное и групповое туристское снаряжение.

Требования к туристскому снаряжению; прочность, лёгкость, безопасность и удобство эксплуатации, гигиеничность, эстетичность. Личное и групповое снаряжение туриста. Подготовка снаряжения к походу с учётом сезона, условий похода. Снаряжение для краеведческой работы. Специальное снаряжение: верёвки вспомогательные и основные, страховочные системы, карабина, репшнуры, альпеншток.

Практические занятия: Комплектование личного и общественного снаряжения. Подгонка личного снаряжения.

9. Поход-знакомство

Подготовка к ознакомительному походу: техника безопасности; правила гигиены; групповое и личное снаряжение; цели и маршрут ознакомительного похода. Выбор ответственных за сбор и подготовку группового снаряжения, продуктов, медицинской аптечки, за проверку личного снаряжения туристов и состояния рюкзаков, за разбивку бивака, за разведение костра и заготовку дров, за приготовление обеда, за соблюдение чистоты на местах привалов и стоянок, Практические занятия: Обсуждение похода, подведение итогов похода Составление отчёта о походе. Анкета

Оформление фотодневника. Подготовка фотовыставки о походе. Обсуждение похода и подведение итогов, оформление документации.

10. Организация биваков.

Выбор места. Требования к месту бивака: жизнеобеспечение, безопасность, комфортность. Правила установки палаток. Заготовка дров. Правила работы с пилой, топором, ножами. Уборка места лагеря. Лагерное оборудование: палатки, спальники, коврики, костровые принадлежности, тенты, посуда для приготовления пищи, ремнабор.

Практические занятия: установка палаток, выбор кострового места, заготовка отхожих мест.

11. Ориентирование на местности. Условные знаки

Основные направления на стороны горизонта: С, Ю, З, В. Дополнительные и вспомогательные направления по сторонам горизонта. Азимутальное кольцо («Роза направлений»). Определение азимута, его отличие от простого угла (чертёж). Азимут истинный и магнитный. Азимутальное кольцо.

Практические занятия: Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнения на глазомерную оценку азимутов.

12. Компас. Работа с компасом

Компас, правила пользования им. Ориентирование карты и компаса. Азимут, снятие азимута с карты. Движение по азимуту. Взятие азимута на предмет.

Практические занятия: Упражнения по определению азимута, снятие азимута по карте. Тренировка по прохождению азимутальных отрезков.

13. Узлы

Узлы, их назначение и применение в походе. Виды узлов: прямой, проводник, двойной проводник, восьмерка, стремя, прусик и т.д.

Практическое занятие. Отработка навыков завязывания туристских узлов перед зачетным походом. Турнир. Индивидуальный зачет

14. Учебно-тренировочное занятие на местности.

Выбор места проведения, оборудование места. Порядок проведения, информация. Подведение итогов и награждение победителей. Медицинское обеспечение, охрана природы. Подготовка инвентаря и оборудования, необходимого для проведения учебно-тренировочного занятия. Понятие о дистанции, этапах, зависимость их сложности от уровня подготовки участников. Личное и командное снаряжение участников. Меры безопасности.

Практические занятия: Командное выступление, личное первенство, подведение итогов.

15. Походы выходного дня (4 похода сезонных) с преодолением препятствий

Виды препятствий. Лесные завалы, овраги, крутые склоны, гари, болота, ручьи и реки, горные перевалы и т.п. Страховка и самостраховка. Страховочные обвязки. Правила преодоления лесных завалов. Переправа по кочкам и гатям. Спуск с крутого склона и при помощи веревки. Подъем по крутому склону при помощи веревки. Переправа по бревну. Переправа по параллельно натянутым веревкам. Навесная переправа. Переправа рюкзаков.

Практическое занятие: Отработка навыков преодоления препятствий. Конкурс на звание «Турист года» Совместная подготовка, осуществление и последующий анализ похода вдоль небольшой лесной речки – с целью отработки навыков преодоления препятствий.

16. Природоохранная акция. БУМ (Большая Уборка Мусора)

Экология Няндомского района. Значение природоохранных акций. Волонтерство.

Практическое занятие: БУМ (Большая Уборка Мусора) в парке, скверах, на озере.

17. Общая физическая подготовка (ОФП)

Всесторонняя физическая подготовка – основа для достижения безаварийного и стабильного прохождения маршрута туристских походов. Требования к физической подготовке, её место и значение, разностороннее развитие спортсмена, успешное овладение техникой и тактикой.

Краткие сведения о строении человеческого организма (органы системы). Мышцы их строение и взаимодействие. Кровеносная система. Сердце и сосуды. Влияние различных физических упражнений на укрепление здоровья. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках

Показания и противопоказания к занятиям различными видами туризма. Дневник самоконтроля.

Практические занятия: Упражнения для всех групп мышц. Планка. Подвижные игры и эстафеты, лёгкая атлетика, лыжный спорт, коньки. Спортивные игры. Ведение дневника самоконтроля.

18. Подведение итогов. Аттестация. Анализ

Награждения, оформление итоговой фотовыставки, подведение итогов конкурса «Турист года».

Условия реализации программы

Учебное помещение, соответствующее требованиям санитарных норм и правил, установленных СП 2.4.3648-20. Кабинет оборудован столами и стульями в соответствии с государственными стандартами. При организации учебных занятий соблюдаются гигиенические критерии допустимых условий и видов работ для ведения образовательной деятельности. Кабинет укомплектован медицинской аптечкой для оказания доврачебной помощи.

Материально-техническое обеспечение

Для достижения наилучшего результата в усвоении программы необходимы:

- компьютер
- мультимедиа проектор
- спортивный зал,

- площадка для проведения тренировок по спортивному туристскому многоборью,
- подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования,
- медицинская аптечка,
- палатки туристские, летние и зимние
- рюкзаки туристские-15 штук
- спальные мешки – 15 шт
- коврики туристские-20 штук
- компасы-20 штук
- костровое,
- походная мебель,
- топор, пила веревочная
- топографические и спортивные карты местности,
- веревка 200м., страховочные обвязки, страховочные карабины-автомат-75штук,
- кроль-15 шт.,
- жумар -15 шт,
- спусковое устройство -15 шт,
- трек -15 шт.,
- карабин – автомат -15 шт.,
- реп-шнур -30 шт.,
- грудная обвязка -15 шт.,
- поясная обвязка – 15 шт.,
- каска – 15 шт.,
- фонарь налобный – 30 шт.,
- зарядное устройство -1 шт,
- аккумуляторы - 8 шт.,
- система страховочная -2 шт.

Кадровое обеспечение

Педагог дополнительного образования, соответствующий Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (утверждён приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 05.05.2018 № 298н), прошедший курсы повышения квалификации по направлению туристическое краеведение.

Дидактические материалы

- Буклет «Советы туристу» (Одежда и обувь в походе. Аптечка туриста. Правила поведения туристов во время походов. Как разжечь костер. И др.)
- Тесты «Можете ли вы выжить в походе?», «Что в твоём рюкзаке?», «Виды туристского снаряжения», «Типы палаток и их содержимое во время похода» и др.
- Анкета для разбора похода
- Маршрутные листы, планы-графики движения.

- Фотогазета туриста
- Дневник самоконтроля
- Путевой дневник, описание отдельных участков пути.
- Карты местности
- Построение графиков перевода пар шагов в метры для разных условий ходьбы.
- Схемы ориентиров
- Карточки с условными знаками
- Туристская аптечка
- Топографические карты и топографические знаки (карточки)
- Гербарий местных лекарственных трав
- Схематические карточки вязки туристических узлов и др.
- Методические рекомендации по организации и проведению туристских походов выходного дня со школьниками
- Кроссворды по начальной туристской подготовке
- Определение азимута по карте (методические указания)
- Проверочные карточки по топографии
- Тест «Топография и ориентирование»
- Зачетное занятие «Туристская подготовка»
- «Медицинская подготовка первая помощь» Учебное пособие для лиц, обязанных и (или) имеющих право оказывать первую медицинскую помощь. Минздрав РФ
- Сценарий учебного квеста "Следопыты"
- Социологический опрос "Человек и лес"
- Презентация «Озёра Няндомского района»
- Итоговый тест «Обеспечение безопасности»

Составление *Сценариев*:

- Туристическая эстафета "Находчивый путешественник"
- Туристический праздник "Веселые туристы"
- Туристский квест "Как вести себя в походе" и др.
- Викторина по туризму и краеведению «Мир вокруг нас»
- Создание презентации по теме занятия.
- Подготовка карточек, туристского снаряжения, жетонов - рюкзачков для поощрения за правильный ответ или выполненное задание.

Формы организованной образовательной деятельности

«Истоки» – это самодеятельное объединение учащихся под руководством педагога, в рамках которого проводятся систематические занятия с обучающимися во внеурочное время.

Формы работы

Формы работы - коллективная, групповая, индивидуальная.

В целях развития коммуникативной культуры, организации контроля используются следующие формы работы:

1. Беседа. Живое общение педагога с детьми.
2. Занятие - зачет. Одной из форм организации контроля знаний, умений и навыков учащихся является занятие-зачет. Основная цель его - в установлении уровня усвоения знаний и умений каждым учащимся на определенном этапе обучения.
3. Конкурс «Турист года» - форма проведения итогового занятия.

Для качественного развития познавательной деятельности детей, программой предусмотрены: теоретические знания по всем разделам программы даются на самых первых занятиях, а затем закрепляются в практической работе. В начале каждого занятия несколько минут отведено теоретической беседе, завершается занятие подведением итогов и их обсуждением.

Педагогические технологии.

В настоящее время наряду с традиционными технологиями обучения используются современные образовательные технологии, обеспечивающие личностное развитие ребенка за счет уменьшения доли репродуктивной деятельности (воспроизведение оставшегося в памяти) в учебном процессе, можно рассматривать как ключевое условие повышения качества образования, снижения нагрузки учащихся, более эффективного использования учебного времени.

К числу современных образовательных технологий можно отнести: информационно-коммуникационные технологии; здоровье сберегающие технологии - рациональное чередование учебной и досуговой деятельности, индивидуальное дозирование объёма сложности, мониторинг эмоционального состояния учащихся; развивающее обучение - это принципиально иное построение учебной деятельности, ничего общего не имеющей с репродуктивным обучением, основанным на натаскивании и зазубривании. Суть ее концепций заключается в создании условий, когда развитие ребенка превращается в

главную задачу, как для педагога, так и для самого учащегося. Способ организации, содержание, методы и формы развивающего обучения ориентированы на всестороннее развитие ребенка; технологии дифференцированного обучения; коллективную систему обучения - формируется адекватная самооценка личности, своих возможностей и способностей, достоинств и ограничений; обсуждение одной информации с несколькими сменными партнерами увеличивает число ассоциативных связей, а, следовательно, обеспечивает более прочное усвоение; технологии использования в обучении игровых методов – дидактических и других видов обучающих игр. В игре воссоздаются условия ситуаций, какой-то вид деятельности, общественный опыт, а в результате складывается и совершенствуется самоуправление своим поведением; обучение в сотрудничестве (командная, групповая работа); технологии индивидуализации обучения - организация учебного процесса, при котором выбор способов, приемов, темпа обучения обуславливается индивидуальными особенностями учащихся.

Список литературы для педагогов

1. Декларация прав ребенка, 1959 г.
2. Конвенция ООН «О правах ребенка», 1989 г.
3. Федеральный Закон №273 «Об образовании РФ» от 29.12.2012 г. (ред.24.03.2021г.)
4. Распоряжение Правительства РФ от 4.09.2014г. №1726 -р «Об утверждении концепции о дополнительном образовании детей»;
5. Указ Президента от 01.06.2012г. № 761«О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 – 2017 годы»;
6. Приказ Министерства образования и науки РФ «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам» от 29.08.2013 № 1008
7. Письмо Министерства образования и науки РФ «Программа развития воспитательной компоненты в общеобразовательных учреждениях» от 13.05.2013 №ИР – 352/09

Туризм:

1. Кусков А.С., Джаладян Ю.А. Основы туризма Учебник. - М.: КНОРУС, 2008. - 400 с..
2. Туризм в школе. – М.: Физкультура и спорт, 1983г.
3. Ю.С. Константинов «Туристская игротека». - М.: Владос, 2000г.
4. 1000 + 1 совет туристу : Школа выживания / Н. Б. Садикова. - Минск : Современный литератор, 2002.

5. Туризм в школе, Книга руководителя путешествия, Вербя И.А., Голицын С.М., Куликов В.М., Рябов Е.Г., 1983г
6. Туризм и краеведение: образовательные программы для системы дополнительного образования детей / Под ред. Ю.С. Константинова, А.Г. Маслова; Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения. – М.: Советский спорт, 2005. – 324 с.

Топография и ориентирование. Туристская техника:

7. А.М.Куприн «Умей ориентироваться на местности». - М.: ДОСААФ, 1969г.
8. Организация и проведение слётов и соревнований по пешеходному туризму: Методические рекомендации. – М.:ЦРИБ «Турист», 1983г.

Подготовка и проведение похода:

9. А.Ю.Остапец «На маршруте туристы- следопыты». М.: «Просвещение», 1987г.
10. Организация и проведение спортивного туристского похода. – М.: Турист, 1986г.

Краеведение:

11. Булатов В.Н. Русский север. Ворота в Арктику Архангельск: Поморский государственный университет, 2001. — 303 с.
12. Евдокимов М. (ред.) Соловецкие острова М.: Планета, 1970. - 34 с.
13. Кольцова Т. Кий-остров М.: Турист, 1991. — 12 с.
14. «Памятники Няндомского района», самиздат 2014г
15. Ярошенко В.В., Козлова Ю.В. Краеведение: Внеклассная работа по истории, географии, биологии и экологии.

Зелёная аптека:

16. А Андреев, АЕ Баталов, ИН Болотов «Красная книга Архангельской области», Архангельск, 1995г
17. «Лекарственные растения Архангельской области»
18. Ю.Шальков «Здоровье туриста». – М.: Физкультура и спорт, 1987г.

Медицина:

19. Виноградова Н.Ф., Смирнов Д.В., Сидоренко Л.В. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-6 кл. Учебник. - ВЕНТАНА-ГРАФ, корпорация "Российский учебник"
20. Первая медицинская помощь дома и на улице. Под ред. Профессора В.А. Попова. – Ленинград, 1991г.

Ссылки:

21. Алексеев А.А. Питание в туристском Походе. <http://www.barrier.org.ru/text/method/alexeev/index.htm>
22. Алешин В.М. Карта в спортивном ориентировании. <http://skitalets.ru/books/karta/index.htm>
23. Ганопольский В.И. Туризм и спортивное ориентирование. <http://skitalets.ru/books/metod/turiorient/index.htm>
24. Гизатулин М.К. Спортивная топография. http://skitalets.ru/books/sporttopo_gizat/index.htm

25. Карпов Г.В. Энциклопедический словарь юного географа-краеведа. <http://lib.rus.ec/b/302925>
26. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. http://skitalets.ru/books/med_kostor/index.htm
27. Линчевский Э.Э. Психологический климат туристской группы. <http://speleolog.kiev.ua/books/psyh/shell.php> <http://www.center-nlp.ru/library/s55/s64/d429.html>
28. Лукоянов П.И. Самодельное туристическое снаряжение. <http://skitalets.ru/books/samodsnar/about.htm>
29. Меньчуков А.Е. В мире ориентиров. <http://review3d.ru/menchukov-a-e-v-mire-orientirov>

Детско-юношеский туризм

30. Губаненков С.М. Инновации в технологии туристско-краеведческой деятельности.
31. Губаненков С.М. Об упрощениях в системе туристско-краеведческой деятельности.
32. Дихтярев В.Я. Вся жизнь – поход. http://skitalets.ru/books/life_dihtjarev/index.htm
33. Лишин О.В. Педагогическая психология воспитания. http://www.koob.ru/lishin_o_v/pedagogicheskaya_psihologiya_vospitaniya
34. Остапец-Свешников А. А. Педагогика и психология туристско-краеведческой деятельности учащихся (методические рекомендации) М. Просвещение, 2001. - 144с.

Видеоматериалы:

35. «Как правильно собирать рюкзак в поход»
36. «Туристу надо знать»
37. «Типы палаток»
38. «Команда следопытов идет в поход-логич. задачи для детей»
39. «Памятники и памятные доски нашего города»
40. «Видеоэкскурсия по достопримечательностям Няндомского района»
41. «Видеоматериал «18 фактов о Няндоме»
42. Презентация «Город Архангельской области»
43. «Как сходили мы в поход» видеозапись осеннего похода и многие другие.

Оценочные средства

Показатели	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Методы диагностики
Теоретическая подготовка			
1.1 Теоретические знания	Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям	Минимальный уровень (ребенок овладел менее чем 0,5 объема знаний, предусмотренных программой) Средний уровень (объем усвоенных знаний составляет 0,5) Максимальный уровень (ребенок освоил практически весь объем знаний, предусмотренный программой)	Наблюдение Тестирование Контрольный опрос
1.2 Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	Минимальный уровень (ребенок избегает употребления специальной терминологии) Средний уровень (ребенок сочетает специальную и бытовую терминологию) Максимальный уровень (специальные термины употребляет осознанно в соответствии с их содержанием)	Собеседование
Практическая подготовка			
2.1 Практические умения и навыки, предусмотренные программой	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям.	в Минимальный уровень (ребенок овладел менее чем 0,5 объема умений и навыков, предусмотренных программой) Средний уровень (объем усвоенных умений и навыков составляет 0,5) Максимальный уровень (ребенок овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренный программой)	Контрольное задание
2.2 Владение специальным оборудованием	Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования оснащения.	в и Минимальный уровень (ребенок испытывает определенные трудности при работе с оборудованием) Средний уровень (работает с оборудованием с помощью педагога) Максимальный уровень (работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	Контрольное задание
2.3 Творческие навыки (Креативность)	Креативность в выполнении заданий	Начальный (элементарный) уровень развития креативности (ребенок в состоянии выполнить лишь простейшие задания педагога) Репродуктивный уровень (выполняет задания на основе образца) Творческий уровень (выполняет задания с элементами творчества)	Контрольное задание

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов		
		Всего	Теор.	Практ
	«Основы туризма»			
1	Безопасность юного туриста	4	2	2
2	Основы гигиены. Оказание первой доврачебной помощи. Обработка ранок, ссадин и наложение простейших повязок.	6	2	4
3	Законы, правила, нормы и традиции туризма, традиции своего коллектива	1	0,5	0,5
4	Быт юного туриста	1		1
5	Кухня юного туриста	1	0,5	0,5
6	Песни и игры юного туриста	1	0,5	0,5
7	Распределение обязанностей в походе	1	0,5	0,5
8	Туристическое снаряжение Личное и групповое туристское снаряжение	6	1	5
9	Поход-знакомство	6		6
10	Организация биваков.	4		4
11	Ориентирование на местности. Условные знаки	4		4
12	Компас. Работа с компасом	4		4
13	Узлы	4	1	3
14	Учебно-тренировочное занятие на местности.	3		3
15	Походы выходного дня (4 похода сезонных) с преодолением препятствий	20		20
16	Природоохранная акция. БУМ (Большая Уборка Мусора)	2		2
17	ОФП Общая физическая подготовка	2		2
18	Подведение итогов. Аттестация. Анализ	1	1	1
		72	9	63

Календарный учебный график: 36x2=72ч.

Количество учебных недель: 36

Продолжительность каникул:

Даты начала и окончания учебных периодов/этапов:

01.09.2022– 30.10.2022

09.11.2021– 29.12.2022

10.01.2023– 28.03.2023

05.04.2023 – 28.05.2023