

**Приложение к образовательной программе  
ООО, СОО  
утвержденной приказом №80 от 28.08.2023 г.**

Принято  
на педагогическом совете  
МОУ «Большеврудская СОШ»  
протокол №1 от 30.08.2024

Утверждено  
приказом МОУ «Большеврудская СОШ»  
№ 134 от 30.08.2024

Согласовано с Советом школы  
протокол № 1 от 30.08.2024

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА ТУРИСТСКО-  
КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«Юный турист»**

Срок реализации образовательной  
программы 1 год

Возраст детей: 11-12 лет

Срок реализации: 2024-2025 год

Автор: Андреев И.А.  
учитель ОБЖ

д. Большая Вруда  
2024г.

**Пояснительная записка**

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Юный турист» разработана на основе:

Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,

Концепции развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года № 678-р).

Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,

Цель дополнительной общеразвивающей программы: создание готовности действовать в условиях экстремальных ситуаций, способствовать гармоничному физическому развитию.

Задачи дополнительной общеразвивающей программ:

Обучающие:

- научить действовать в условиях экстремальных ситуаций.

Развивающие:

- развивать основные физические качества, характерные для данного возраста;

- развивать самостоятельность.

Воспитательные:

- воспитать волевые и моральные качества, ответственность.

Актуальность дополнительной общеразвивающей программы: туризм - средство физического воспитания и в то же время - воспитание личности, в которой гармонически сочетались бы все стороны человеческой деятельности: интеллектуальная, физическая и эмоциональная. В этом смысле туризму и туристической деятельности, педагогически правильно организованной, альтернативы нет. Туристические походы, экскурсии являются важной формой гуманистического, патриотического воспитания. Походы позволяют углублять и дополнять знания по большинству предметов школьного курса. Походы способствуют оздоровлению и физическому развитию детей, готовят к жизни действиям в условиях экстремальных ситуаций.

### Учебно-тематическое планирование

Раздел программы	Тема	Кол-во часов по теме	Дата проведения	
			План	Факт
1. Организация	Правила предупреждения травматизма во время занятий спортивным туризмом. Техника безопасности во время занятий.	1		
2.	Что такое спортивный туризм? История развития туризма в России. Основные направления туризма.	1		

Туристическая подготовка	Туристические узлы: проводник, двойной проводник, проводник-восьмерка, прямой.	1		
	Туристические узлы: встречный, шкотовый, брамшкотовый, булинь, удавка, штык.	1		
	Установка и снятие палатки	1		
	Переправа по бревну через ручей с опорой на шест, гать	1		
	Гать, траверс склона	1		
	Воздушная переправа с сопровождением	1		
	Воздушная переправа с сопровождением	1		
	Укладка бревна и переправа по бревну маятником (с наведением и снятием перил)	1		
	Укладка бревна и переправа по бревну маятником (с наведением и снятием перил)	1		
	Укладка бревна и переправа по бревну маятником (с наведением и снятием перил)	1		
	Подъём по склону серпантинном (со сменой лидера)	1		
	Подъём по склону серпантинном (со сменой лидера)	1		
	Определение азимута и расстояния до недоступного предмета	1		
	Определение азимута и расстояния до недоступного предмета	1		
	Топографические знаки	1		
	Топографические знаки и топографическая съёмка с применением квадрокоптера (практическое занятие в центре «Точка Роста»)	1		
	Определение азимута и расстояния до недоступного предмета	1		
	Определение азимута и расстояния до недоступного предмета	1		

	Бросок верёвки в цель	1		
	Бросок верёвки в цель	1		
	Спуск (спортивным способом)	1		
	Подъём (спортивным способом)	1		
	Измерение скорости течения реки	1		
3. Ориентирование	Ориентирование в заданном направлении	1		
	Ориентирование в заданном направлении	1		
	Ориентирование в заданном направлении	1		
	Ориентирование в заданном направлении	1		
4. Оказание первой медицинской помощи	Первая медицинская помощь при ушибах, растяжении, переломе, укусе змей и насекомых (практическое занятие в центре «Точка Роста»)	1		
	Первая медицинская помощь при ушибах, растяжении, переломе (практическое занятие в центре «Точка Роста»)	1		
5. Участие в соревнованиях	Участие в соревнованиях	3		
	<b>Всего</b>	<b>34</b>		

#### Содержание изучаемого курса

Краеведение: Родной край, его природные и туристические возможности. Организация и проведение походов. Возможные туристические маршруты по родному краю. Техника безопасности на занятиях и в походе.

Основы гигиены: Личная гигиена туриста. Походная медицинская аптечка, использование лекарственных растений. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.

Топография и ориентирование: Понятие о топографической и спортивной карте. Топографические знаки. Спортивные знаки. Компас. Работа с компасом. Работа с квадрокоптером в центре цифрового и гуманитарного профилей «Точка Роста». Азимутальный ход. Поиск КП. Способы ориентирования. Ориентирование по местным признакам.

Техника туризма: Опасности в туризме, мнимые и действительные. Преодоление естественных препятствий. Преодоление крутых склонов. Узлы и их применение. Установка и снятие палатки. Укладка рюкзака.

#### **Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы**

Форма обучения: очная.

Форма организации образовательной деятельности обучающихся: всем составом объединения, в группах или индивидуально.

Программа рассчитана для детей с ОВЗ и детей-инвалидов.

Формы аудиторных, внеаудиторных (самостоятельных) заданий: теория, практическое занятие.

Наполняемость объединения: до 25 человек.

Продолжительность одного занятия: 45 минут

Дополнительная общеразвивающая программа предполагает срок обучения 1 год, для обучающихся 5-8 классов. Последовательное обучение предлагает приобретение практических навыков в области спортивного туризма.

Средства обучения:

1. Спортивный зал МОУ «Большеврудская СОШ»
2. Многофункциональная спортивная площадка МОУ «Большеврудская СОШ»
3. Туристическое снаряжение, карабины, компасы, карта.
4. Оборудование Центра образования цифрового и гуманитарного профилей «Точка Роста»
5. Алексеев А. А. Горообразование и горный рельеф: Пособие для инструкторов и преподавателей туризма в школе. — М., 2013.
6. Алексеев А. А. Питание в туристском походе: Пособие для инструкторов и преподавателей туризма в школе. — М., 2011.
7. Балабанов И. В. Узлы. М., 2012.
8. Добарина И. А., Жигарев О. Л. Основы школьного туризма: Методическое пособие для учителей и студентов. — Новосибирск: Издательство Новосибирского государственного педагогического университета, 2014.
9. Зоркова Е. Д. Лето, дети и туризм. Модели деятельности летних туристских профильных лагерей для детей и подростков: Методическое пособие. — М.: ЦДЮТУР РФ, 2008.
10. Козлова Ю. В., Ярошенко В. В. Полевой туристский лагерь школьников (опыт программирования и организации). — М., 2007.
11. Куликов В. М. Походная туристская игротка. Сборник № 2. — Издание 2-е. — М.: Издательство ЦДЮТ МО РФ, 2006.

### **Планируемые результаты освоения образовательной программы**

Знать:

- требования техники безопасности в походе;
- общие подходы к организации и проведению походов;
- способы профилактики типичных заболеваний и основные приемы и средства оказания первой доврачебной помощи;
- перечень группового и личного снаряжения и правила ухода за ним;
- правила приготовления пищи;
- нормы личной и общественной гигиены, экологические требования к группе;

Уметь:

- разбивать бивуак (устанавливать и снимать палатки, разводить костры)
- оказывать само и взаимопомощь;

- применять указанные знания на практике;
- ориентироваться на местности при помощи карты и компаса;
- участвовать на всех этапах соревнований по технике пешеходного туризма;
- выполнять общие обязанности участника похода.

### **Система оценки результатов освоения образовательной программы**

Итоговая аттестация обучающихся проводится в конце обучения по программе, промежуточная аттестация проводится в середине курса

Формы проведения итоговой и промежуточной аттестации: преодоление определенной дистанции с применением навыков пешего туризма.

Оценка результативности: зачетная

Оценочные материалы:

- применение знаний, умений и навыков в практических работах.

### Календарный учебный график 2024-2025

Общеразвивающая программа	<b>«Спортивный туризм»</b>	
Сроки освоения	1 год	
Начало учебного года	<b>С 02.09 2024года</b> - физкультурно – спортивная направленность	
Учебные периоды	<u>1-ый период (1-ое полугодие)</u> с 02 сентября по 27 декабря 2024 года <u>2-ой период (2-ое полугодие)</u> С 09 января по 31 мая 2025 года	
Продолжительность учебного года	<b>36 недель</b>	
Количество учебных недель по полугодиям	первое учебное полугодие	второе учебное полугодие
	<b>17</b>	<b>19</b>
Продолжительность учебной недели. Комплектование групп	<b>Продолжительность учебной недели – 5 дней.</b> Занятия проводятся в группе	
Режим занятий	Среда– 15.15 – 16.00 <b>Продолжительность занятий – 45 минут.</b>	
Учебная нагрузка в неделю	<b>1 час в неделю</b>	
Праздничные дни	Согласно календарю праздничных дней, утвержденному Министерством труда и социального развития РФ <u>праздничные дни в первом полугодии:</u> 04 ноября 2024года; <u>во втором полугодии:</u> с 01 по 8 января; 23 февраля; 08 марта; 01 и 09 мая 2025 года.	
Промежуточная аттестация	По графику (согласно положения о промежуточной аттестации обучающихся)	
Окончание учебного года	<b>31 мая 2025 года</b>	
Каникулы в учреждении	<u>Осенние</u> – нет <u>Зимние</u> – продолжительность каникул определяется количеством праздничных дней, согласно календарю праздничных дней, утвержденному Министерством труда и социального развития РФ. <u>Весенние</u> – нет <u>Летние</u> – с 01 июня по 31 августа 2025 года.	

