

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
«Классическая школа» г. Гурьевска

Принято на заседании  
педагогического совета

Протокол № 11 от 21 мая 2024г.



«УТВЕРЖДЕНО»

Директор МБОУ «Классическая школа»  
г. Гурьевска

О.Ю. Чельцова

Приказ № 38

25 мая 2024г.

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
туристско-краеведческой направленности  
«Пешеходный туризм»**

Возраст обучающихся: 7-10 лет

Срок реализации: 9 месяцев

Автор – составитель  
Лаврентьева С.И.,  
учитель технологии

Гурьевск  
2024г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### **Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа**

В основе туристско-краеведческой направленности и изучения пешеходного туризма лежит изучение краеведения, окружающего мира. Предметом изучения краеведения является территория, местность, а объектами географического краеведения – природа, население, хозяйство, история, археология края.

Сущность краеведения заключается в комплексном изучении природы, населения, хозяйства, этнографии, истории, археологии, культуры в их динамике в данной местности. Природа края и отдельные компоненты, население и хозяйство изучают во взаимосвязи и развитии, т.е. с исторических позиций.

Природа, население, хозяйство края изучаются как часть более крупных историко-природно-социально-хозяйственных районов страны. В связи с этим в процессе комплексного изучения своего края необходимо выделить общие черты с историей, природой и социально-хозяйственным комплексом страны. Одновременно выявляются местная специфика, типичные особенности, характеризующие данный край, а также уникальные его объекты, явления и процессы.

### **Ведущие теоретические идеи**

Ведущая идея данной программы – комплексный подход к изучению обучающимися окружающего мира, с использованием различных способов и методов обучения, включая современные интерактивные, информационные методы, походы, экскурсии и др., способствующий всестороннему развитию личности.

**Направленность** программы Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Пешеходный туризм» имеет туристско-краеведческую направленность.

### **Уровень освоения программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Пешеходный туризм» является программой базового уровня.

### **Актуальность программы**

Программа является актуальной и определяется возросшим интересом детей к познанию истории своей малой Родины и формированию здорового образа жизни. Вовлечение детей и подростков в туристско–краеведческую деятельность целенаправленно обеспечивает формирование отношения к природе и социальным факторам жизни. Чувственно-эмоциональное восприятие красоты природы закладывает прочный фундамент таких важных человеческих качеств как любовь к Родине, чувство патриотизма. Занятия туризмом на первой стадии воспитывают основные качества: выносливость, силу, ловкость, скорость, умение жить в коллективе.

Согласно Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года №678-р, необходимо создать условия для вовлечения детей в туристскую и краеведческую деятельность в целях изучения как малой Родины, так и России в целом посредством организации походно-экспедиционных, экскурсионных, проектно-исследовательских и других профильных форм работы (походы, экспедиции, слеты, выездные школы и профильные смены и др.), обеспечить междисциплинарный подход в части интеграции с различными областями знаний (биология, география, геоэкономика, регионалистика, геология, культурология, литература, урбанистика и планирование городской среды, экология и др.), содействовать ормированию у обучающихся знаний, умений и навыков, связанных с безопасным пребыванием в условиях природной и городской среды, создавать условия для воспитания и развития личности, а также для социализации обучающихся.

### **Педагогическая целесообразность**

Программа составлена таким образом, что обучающиеся осваивают теоретические основы программы и получают практические навыки.

Практико-ориентированный подход позволяет педагогу следить за качеством усвоения знаний, а обучающимся - применять свои знания на практике. Педагогическая целесообразность программы определяется ее социальной значимостью и направленностью вхождения личности в социум и мир природы, умения адаптироваться в социальной и природной среде. В походах, на экскурсиях ребенок не только пополняет свои знания, но и включается через общение с другими людьми в сложный мир человеческих отношений, выполняет различные социальные роли, и чем богаче мир, окружающий ребенка, тем богаче и разнообразнее его личность.

### **Практическая значимость**

Данная программа расширяет знания обучающихся об анатомии, физиологии и гигиене человека, топографии и ориентированию, о практических навыках организации жизнедеятельности в природной среде, готовит их к выбору будущих профессий в области физической культуры, истории, географии, военной профессии, обеспечивает знанием и пониманием исторических процессов, культурного и природного наследия, а также ценностное отношение к своему здоровью и физическому совершенствованию.

В результате освоения программы, обучающиеся смогут организовывать и проводить мероприятия на уровне школ и муниципалитетов в области туризма и спортивного ориентирования. Научатся работать с разнообразным туристическим оборудованием, специализированными приборами для ориентирования. Обучающиеся смогут проводить комплексные историко-географические краеведческие исследования с использованием исторической и современной литературы, научатся искать авторитетные источники

информации, использовать современные научные методы обработки и анализа информации.

### **Принципы отбора содержания образовательной программы**

Принципы отбора содержания (образовательный процесс построен с учетом уникальности и неповторимости каждого ребенка и направлен на максимальное развитие его способностей):

- Принцип единства развития, обучения и воспитания;
- Принцип систематичности и последовательности;
- Принцип доступности;
- Принцип наглядности;
- Принцип взаимодействия и сотрудничества;
- Принцип комплексного подхода.
- Принцип природосообразности и культуросообразности;
- Принцип гуманизма.

### **Отличительные особенности программы**

Программа «Пешеходный туризм» включает большой диапазон видов деятельности, которые в комплексе позволяют решить все образовательные и воспитательные задачи, развивают мотивацию ребёнка к дальнейшему занятию туризмом и ориентирование.

В настоящее время при социальном расслоении общества занятия туризмом и краеведением становятся для детей из небогатых семей чуть ли не единственной возможностью познакомиться с жизнью за пределами своего города или села. К занятиям туризмом могут привлекаться родители.

Совместные походы способствуют сплочению семьи, установлению между педагогом, родителями и детьми неформальных, дружеских отношений. В программе заложены следующие составляющие: образовательная, просветительская, воспитательная, профориентационная. Программа нацелена на удовлетворение индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании через обучение основам туристской техники, культуре походной жизни, усвоение принципов безопасности и здорового образа жизни, приобщение к духовности средствами туризма и краеведения, сохранение и укрепление психофизического здоровья ребенка.

### **Цель образовательной программы**

Целью является создание практико-ориентированной, современной образовательной среды для освоения знаний, умений, навыков в области туристско-краеведческой деятельности, а именно освоение экскурсионных, походно-экспедиционных и других профильных форм работы, также, направленную на освоение проектно-исследовательской деятельности.

### **Задачи образовательной программы**

### **Образовательные:**

- накопление и систематизация представлений детей об окружающей действительности;
- привитие первичных эколого–туристских, краеведческих знаний, умений и навыков: познавательных, преобразовательных и поведенческих;
- введение в область наук: географии, истории, биологии, литературы, топографии на примере изучения краеведения области;
- формирование целостной системы знаний о процессе общественного исторического и социального развития.

### **Развивающие:**

- формирование образно - наглядного и логического мышления;
- развитие в ребенке наблюдательности, памяти, речи, самостоятельности;
- развитие нравственных и эстетических чувств;
- обогащение навыков общения в коллективе и умений совместной деятельности.

### **Воспитательные:**

- воспитание доброты, отзывчивости, умения сопереживать;
- воспитание экологической культуры и желания охранять природу
- формирование и развитие навыков социального поведения и навыков здорового образа жизни;
- воспитания патриотизма и любви к своей Родине.

### **Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для обучающихся 10-17 лет.

### **Форма обучения по образовательной программе**

Форма обучения по программе– очная. Возможно применение дистанционных форм образования.

### **Особенности организации образовательного процесса**

Программа реализуется в рамках проекта «Губернаторская программа «УМная ПРОдленка» и является бесплатной для обучающихся. Группа формируется из числа учащихся 1-4 классов образовательной организации, реализующей программу.

Наполняемость учебных групп составляет от 10 до 15 человек.

### **Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий**

Общее количество часов - 72. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут. Недельная нагрузка на одну группу: 2 часа. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу.

## **Основные формы и методы**

В теоретической части в образовательном процессе используются традиционные методы обучения: словесные (рассказ, объяснение, беседа, диспут); наглядные (демонстрация, показ - плакатов, рисунков, схем, графических изображений, карт, видеофильмов, приемов работы); практические (работа с книгой, справочной литературой, дидактическим материалом, нормативно-правовыми документами, выполнение заданий, упражнений по спортивному ориентированию, скалолазанию, технике туризма). Метод применения информационно-коммуникационных технологий позволяет обучать детей на основе самостоятельного поиска информации в сети интернет, обмена информацией на специализированных WEB-страницах по спортивному туризму, выполнение диагностических тестов и заданий по психологической подготовке спортсменов. Занятия проводятся с использованием различных форм организации учебной деятельности (групповая, массовая, индивидуальная). Разные типы и формы занятий создают условия для развития познавательной активности, повышения интереса детей к обучению.

Рекомендуемые типы занятий: изучение новой информации, занятия по формированию новых умений, обобщение и систематизация изученного, практическое применение знаний, умений (закрепление), комбинированные занятия, контрольно-проверочные занятия, тестирование и др. Рекомендуемые формы занятий: учебные занятия в кабинете и учебно-тренировочные занятия на местности, занятия по ОФП и СФП в спортивном зале и на местности. Кроме того, используются такие формы, как соревнование, конкурс, поход, путешествие, игра, лекция, видео занятие и др. Основной составляющей образовательного процесса являются регулярные занятия, как теоретические, так и практические, а также участие в соревнованиях по спортивному туризму и ориентированию.

## **Планируемые результаты**

В результате освоения программы обучающиеся должны знать:

- географию Калининградской области: географическое положение, границы, главные реки, озёра, города, полезные ископаемые;
- растительный и животный мир (деревья, кустарники, цветы парков, скверов, диких и домашних животных, птиц перелётных и зимующих, экологию г. Калининграда и Калининградской области;
- историю пруссов, завоевания Пруссии Тевтонским орденом, историю Прусского государства.
- памятники истории, архитектуры и культуры на территории г. Калининграда и области;
- иметь понятие о гербе, гимне, знать историю создания гербов области;
- правила безопасности на занятии, на прогулке, в походе, на экскурсии, в транспорте;
- названия туристских узлов и их использование в туристской практике;
- правила движения по шоссе, проселочной (лесной) дороге, в лесу, по

заболоченной местности; правила разжигания костра;

- топографические знаки, карты топографические и спортивного ориентирования, масштабы карт, ориентирование компасом на карте, на местности, по местным признакам; длину своего шага;
- лекарственные растения (деревья, кустарники и травы), несколько народных способов оздоровления с помощью растений;
- растения, применяемые в пищу и используемые в медицинских целях в походе; ядовитые растения и грибы.

должны уметь:

- пользоваться физико-географической картой Калининградской области и найти на ней границы, главные реки, озёра, города;
- работать с контурной картой;
- соблюдать правила движения в городе, на пересечённой местности;
- иметь практические навыки преодоления препятствий на пересечённой местности;
- определять породы деревьев, кустарников, виды домашних и диких животных, птиц Калининградской области; изготовить простейшую кормушку;
- вести рассказ об истории пруссов, легенды;
- проложить маршруты к памятникам истории и культуры на территории г. Калининградской области;
- завязать 5 туристских узлов и их уметь их использовать в туристской практике;
- уложить рюкзак, разжечь костёр, поставить палатку;
- зарисовать 5 условных топографических знаков и найти их на топографической карте;
- ориентировать стороны горизонта по компасу, по мху, муравьям, деревьям, квартальным столбам, по карте, уметь парами шагов просчитать 100 м;
- различать в природе изученные лекарственные и ядовитые растения и грибы, приготовить из лекарственных растений салат и фиточай.

### **Механизм оценивания образовательных результатов**

Основа - три группы показателей:  
Теоретическая подготовка и основные общеучебные компетенции (фиксация приобретенных ребенком в процессе освоения учебного модуля предметные и общеучебные знания, умения, навыки); практическая подготовка (освоение способов решения проблем творческого и поискового характера; формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия; определять наиболее эффективные способы достижения результата; формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей);

### **Критерии оценки результативности.**

- высокий уровень – 3 балла;
- средний уровень – 2 балла;
- низкий уровень – 1 балл;
- не усвоил – 0 баллов.

### **Формы подведения итогов реализации программы**

Формы определения результативности детей по программе: наблюдение, тестирования, творческие работы; участие в соревнованиях по туризму, ориентированию на местности, конкурсах по краеведению и топографии, самостоятельные работы, вопросы, участие в степенных и категорийных походах.

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

Социально-психологические условия реализации образовательной программы обеспечивают:

- учет специфики возрастного психофизического развития обучающихся;
- вариативность направлений сопровождения участников образовательного процесса (сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся);
- формирование ценности здоровья и безопасного образа жизни; дифференциация и индивидуализация обучения; мониторинг возможностей и способностей обучающихся, выявление и поддержка одаренных детей, детей с ограниченными возможностями здоровья;
- формирование коммуникативных навыков в разновозрастной среде и среде сверстников.
- наличие комфортной развивающей образовательной среды.

Для реализации программы необходимо наличие:

- отдельного помещения (класса с посадочными местами и столами); занятия проводятся в учебном помещении общей площадью до 25 м<sup>2</sup>, с посадочными местами группы обучающихся;
- пособий и оборудования для проведения занятий: компасы, линейки, транспортиры, топографические карты, географические и контурные карты Калининградской области, карты спортивного ориентирования, фотографии и открытки с видами памятных мест г. Калининграда и области, плакаты условных знаков и символов спортивного ориентирования, компьютерная техника, интерактивная доска, фотоаппарат, видеокамера;
- пособий и оборудования для проведения практических занятий, соревнований, походов выходного дня, (рюкзак, туристские коврики, спальные мешки, палатки, котлы, медицинская аптечка, ремонтный набор и прочее);
- для проведения тренировок и участия в соревнованиях по

спортивному ориентированию (компасы, специальную форму, колья, призмы, компостеры, планшеты, чипы, электронную технику отметки на контрольном пункте и подсчёта результатов);

Методическое обеспечение реализации программы включает:

- учебные пособия (справочная и научно-популярная литература, периодические издания, видео- и аудиоматериалы, электронные средства образовательного назначения (виртуальные лекции по темам образовательной программы, демонстрационные модели, слайдовые презентации, виртуальные контрольные и лабораторные работы, индивидуальные задания и др.);
- дидактические материалы (раздаточный материал для обучающихся (рабочие тетради, бланки тестов и анкет, бланки диагностических и творческих заданий, карточки с заданиями, готовые шаблоны и трафареты, объекты живой и неживой природы, фотографии, инструкционные карты, технологические карты), наглядные пособия (таблицы, графики, объемные модели, муляжи и др.).
- методические материалы (планы занятий, включающие перечень вопросов, выносимых на занятие; контрольные задания для отслеживания результатов освоения каждой темы; для проведения промежуточной и итоговой аттестации обучающихся, которые включают: перечень вопросов, выносимых на итоговое занятие и ключ для проверки правильности ответов; виды практических, лабораторных и других работ, выполняемых обучающимися по итогам освоения темы, раздела, программы и критерии оценки выполнения данных работ).

**Информационное обеспечение программы**

- Хранение учебно-методических ресурсов с использованием Интернетсервисов;
- Доступ к электронным учебным пособиям и использование обучающимися программных средств;
- Доступ к ресурсам «Интернет» всем педагогам и обучающимся, участвующих в реализации программы;
- Функционирование системы электронного обучения; использование технологий дистанционного обучения;
- Использование программного обеспечения (zoom, skype) и социальных сетей для коммуникации между участниками образовательного процесса.

**Кадровое обеспечение программы**

Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное

профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

### Учебный план

№	Наименование	Всего	Теория	Практика	Форма контроля
1.	Введение в туризм	2	2	-	Устный опрос/рефлексия
2.	Краеведение	6	2	4	Тестирование/экскурсия/ПВД
3.	Личное и групповое снаряжение туриста. Техника безопасности	4	2	2	Устный опрос, тестирование, соревнование
4.	Основы туристской подготовки	6	3	3	Тестирование, опрос, поход
5.	Топография и ориентирование на местности	15	5	10	Участие в соревнованиях
6.	Основы гигиены и первая доврачебная помощь	6	3	3	Тестирование/устный опрос
7.	Организация и проведение туристских походов.	17	7	10	Участие в соревнованиях
8.	Общая и специальная физическая подготовка.	12	3	9	Участие в соревнованиях
9.	Итоговое занятие. Поход.	4	1	3	
	<b>Итого</b>	<b>72</b>			

### Содержание программы

#### Раздел 1. Введение в туризм (4 часа).

Теория: Знакомство с программой «Пешеходный туризм», с историей туризма в России. Общее понятие туризма, виды и классификация туризма. Общие понятия о спортивном ориентировании, топографии, соревнованиях «Школа безопасности»

Практика: работа в группах.

В результате занятий обучающиеся получили знания о программе, освоили введение в тему

## **Раздел 2. Краеведение (12 часов).**

Теория: Родной край, его природные особенности: климат, рельеф, реки, озёра, полезные ископаемые. Животный и растительный мир. История края: прошлое и настоящее.

Практика: Выходы на территорию для изучения материала. Экскурсия или поход выходного дня.

Результатом занятий является изученные территории родного края обучающихся, организованный совместный поход или экскурсия.

## **Раздел 3. Личное и групповое снаряжение туриста-многоборца (8 часов).**

Теория: Понятие о личном снаряжении: для занятий туристским многоборьем, спортивным ориентированием, для подготовки и участия в походе выходного дня. Требования к снаряжению и правила его эксплуатации. Специальное туристское снаряжение для занятий туристским многоборьем. Перечень личного снаряжения: спортивная форма, страховочные системы (грудная обвязка, беседка), их виды устройство и требования к ним; карабины, петли самостраховки, пруссик самостраховки, рукавицы, альпеншток, каска. Виды карабинов: без муфты, с закручивающейся муфтой, с автоматической и полуавтоматической закручивающейся муфтой. Снаряжение для занятий ориентированием (в летний период): компас, планшет, одежда, обувь. Правила их эксплуатации и хранения. Снаряжение для похода выходного дня. Перечень личного снаряжения, требования к нему; типы рюкзаков, спальных мешков, их преимущества и недостатки; правила размещения предметов в рюкзаке; одежда и обувь для летнего похода. Правила поведения на занятиях в учебном классе, спортивном зале, в парке, в лесу, на соревнованиях, в походе. Охрана природы. Соблюдение правил дорожного движения; пожарной безопасности, поведения на воде. Меры личной безопасности в нестандартной ситуации.

Практика: Комплектование личного и группового снаряжения. Установка палатки, Способы крепления верёвки к опоре. Маркировка верёвки. Конкурс на лучшую команду по установке палатки. Туристская эстафета. Участие в областных соревнованиях по спортивному туризму.

Результатом занятий является освоение материала обучающимися и применение на практике полученных знаний, участие в соревнованиях.

## **Раздел 4. Основы туристской подготовки (12 часов).**

Теория: Виды туризма. Пешеходный туризм. Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий, походов, соревнований. Одежда и обувь туриста: личное и групповое снаряжение. Туристские узлы и их использование в туризме. Правила укладки рюкзака. График движения на маршруте похода. Обязанности в походе. Привалы и ночлеги: организация работ по устройству бивуака, туристские узлы и их использование в туризме. Оборудование костра. Типы костров. Техника и тактика преодоления естественных препятствий на местности: заболоченности, оврага, лесных завалов, водных препятствий.

Практика: Игра «Уложи рюкзак». Узлы в туризме. Виды узлов. Вязка узлов: «прямой», «схватывающий одним концом», «восьмёрка», «стремя», «встречный» и их использование в туристской практике. Конкурс на лучшего знатока узлов. Составление графика движения в походе. Разучивание туристских песен. Туристская полоса препятствий: преодоление оврага с помощью веревок «Подъем – спуск по склону, траверс склона по перилам на самостраховке», «Движение через «болото» по следам, «кочкам», «Переправа «мятник», переправа по бревну по перилам на схватывающем узле.

Результатом занятий является освоение материала обучающимися и применение на практике полученных знаний.

### **Раздел 5. Топография и ориентирование на местности (32 часа).**

Теория: Наука топография. Виды топографических карт. Масштаб, азимутальные направления, ориентирование карты по сторонам горизонта. Условные топографические знаки (15 знаков): растительный покров, гидрография, дорожная сеть, внесмасштабные знаки.

Практика: Условные знаки топографической карты: зарисовка условных знаков растительного покрова, знаков гидрографии, дорожных и внесмасштабных знаков и нахождение их на топографической карте. Зарисовка азимутальных направлений, определение масштаба карт. Топографический диктант.

### **Раздел 6. Основы гигиены и первая доврачебная помощь (12 часов).**

Теория: Личная гигиена туриста. Понятие о гигиене: гигиена физических упражнений, ее значение и основные задачи. Гигиена обуви и одежды. Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов и путешествий. Профилактика заболеваний и травм на занятиях и оревнованиях по туристскому многоборью, спортивному ориентированию, в походе.

Соблюдение гигиенических требований в походе. Походный травматизм. Тепловой и солнечный удары, ожоги. Помощь утопающему. Простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления. Состав медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Перечень и название лекарственных препаратов.

Практика: Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними. Комплектование и использование медицинской аптечки при оказании первой доврачебной помощи условно пострадавшему (определение травмы, заболевания, практическое оказание помощи). Способы транспортировки пострадавшего. Беседа со школьным фельдшером о способах оказания доврачебной помощи в походах и на соревнованиях. Результатом занятий является освоение материала обучающимися и применение на практике полученных знаний.

### **Раздел 7. Организация и проведение туристских походов (32 часа).**

Теория: Туристский поход - средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, привития самостоятельности, трудовых и прикладных навыков. Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Составление плана подготовки похода.

Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф местности, физическое состояние участников и т.д.). Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака. Правила поведения в палатке. Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения, темп. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня. Правила разведения костра. Типы костров. Правила работы с топором, пилой при заготовке дров. Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Значение правильного питания в походе. Организация питания в однодневном походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Режим питьевой воды на маршруте. Правила приготовления пищи на костре. Подведение итогов похода. Обработка собранных материалов.

Практика: Подготовка к походу выходного дня: изучение района похода по литературе, картам, отчетам о походе. Распределение обязанностей в походе. Подготовка личного и группового снаряжения. Вычерчивание схемы маршрута. Составление графика похода. Составление меню. Выход на маршрут похода выходного дня. Организация привала. Экскурсия в школьный музей. Преодоление препятствий на маршруте. Описание краеведческой и общественно полезной работы на маршруте. Составление письменного отчета и презентации о походе.

Результатом занятий является освоение обучающимися знаний, умений, навыков и практическое их применение. Организация похода.

## **Раздел 8. Общая и специальная физическая подготовка (32 часа).**

Теория: Общая физическая подготовка. Краткие сведения о строении человеческого организма. Основная задача общей физической подготовки: развитие физических, моральных и волевых качеств туристов. Всесторонняя физическая подготовка; основа для стабильного выступления на соревнованиях по туристскому многоборью и спортивному ориентированию, а также безаварийного прохождения маршрутов туристских походов. Характеристика средств физической подготовки, применяемых на различных этапах обучения. Ежедневные индивидуальные занятия членов группы. Специальная физическая подготовка. Роль и значение специальной физической подготовки для роста мастерства юных туристов-многоборцев. Место специальной физической подготовки в процессе тренировки. Характеристика и методика развития физических и специальных качеств, необходимых спортсмену: выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силы. Индивидуальный подход в решении задач и специальной физической подготовки.

Практика: Подвижные спортивные игры. Упражнения на снарядах. Элементы акробатики. Плавание. Скалолазание.

Результатом занятий является освоение практических навыков, участие в соревнованиях.

## **Раздел 9. Итоговое занятие: поход выходного дня (4 часа).**

Теория: Итоговое занятие по программе. Итоговая аттестация. Тесты по разделам программы. Подготовка к походу: выбор маршрута, характеристика

района похода, распределение обязанностей в походе, личное и групповое снаряжение.

Практика: Поход выходного дня в лесной массив. Экскурсия по городу: историческая справка, памятники, отработка темпа, ритма движения на маршруте, организация привала, разжигание костра и приготовление фиточая, закрепление практических навыков по туризму и ориентированию на местности.

## **КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**

Количество учебных недель- 36

Количество учебных дней- 72

Дата начала и окончание учебных периодов – 01.09.2024- 31.05.2025

Праздничные (выходные) дни в соответствии

с производственным календарем на 2024-2025 учебный год:

- 6 ноября – День народного единства;
- 1,2,3,4,5,6, и 8 января – новогодние каникулы;
- 7 января – Рождество Христово;
- 23 февраля – День защитника Отечества;
- 8,9 марта – Международный женский день;
- 1,2 мая – Праздник весны и труда;
- 9 мая – День Победы;
- 12 июня – День России

## **Рабочая программа воспитания**

Воспитательный компонент осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

- 1) гражданско-патриотическое
- 2) нравственное и духовное воспитание;
- 3) воспитание положительного отношения к труду и творчеству;
- 4) интеллектуальное воспитание;
- 5) здоровьесберегающее воспитание;
- 6) правовое воспитание и культура безопасности;
- 7) воспитание семейных ценностей;
- 8) формирование коммуникативной культуры;
- 9) экологическое воспитание.

Цель – формирование гармоничной личности с широким мировоззренческим кругозором, с серьезным багажом теоретических знаний и практических навыков, посредством информационно-коммуникативных технологий.

Используемые формы воспитательной работы: викторина, экскурсии, игровые программы, диспуты.

Методы: беседа, мини-викторина, моделирование, наблюдения, столкновения взглядов и позиций, проектный, поисковый.

Планируемый результат: повышение мотивации к изобретательству и созданию собственных конструкций; сформированность настойчивости в достижении

цели, стремление к получению качественного законченного результата; умение работать в команде; сформированность нравственного, познавательного и коммуникативного потенциалов личности.

В соответствии с основными принципами государственной политики в сфере образования воспитательная работа осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

*Гражданско-патриотическое* – формирование основ гражданственности (патриотизма) как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей, готовности к активному проявлению профессионально значимых качеств и умений в различных сферах жизни общества.

*Нравственное и духовное воспитание* – обучение обучающихся пониманию смысла человеческого существования, ценности своего существования и ценности существования других людей.

*Воспитание положительного отношения к труду и творчеству* – формирование у обучающихся представлений об уважении к человеку труда, о ценности труда и творчества для личности, общества и государства.

*Интеллектуальное воспитание* – оказание помощи в развитии в себе способности мыслить рационально, эффективно проявлять свои интеллектуальные умения в окружающей жизни.

*Здоровьесберегающее воспитание* – демонстрация значимости физического и психического здоровья человека; воспитание понимания важности здоровья для будущего самоутверждения; обучение правилам безопасного поведения обучающихся на улице и дорогах.

*Социокультурное и медиакультурное воспитание* – формирование у обучающихся представлений о таких понятиях как «толерантность», «миролюбие», «гражданское согласие», «социальное партнерство», развитие опыта противостояния таким явлениям как «социальная агрессия», «межнациональная рознь», «экстремизм», «терроризм», «фанатизм» (например, на этнической, религиозной, спортивной, культурной или идейной почве).

*Правовое воспитание и культура безопасности* – формирования у обучающихся правовой культуры, представлений об основных правах и обязанностях, о принципах демократии, об уважении к правам человека и свободе личности, формирование электоральной культуры.

*Воспитание семейных ценностей* – формирование у обучающихся ценностных представлений об институте семьи, о семейных ценностях, традициях, культуре семейной жизни.

*Формирование коммуникативной культуры* – формирование у обучающихся дополнительных навыков коммуникации, включая межличностную коммуникацию, межкультурную коммуникацию.

*Экологическое воспитание* – воспитание у обучающихся любви к родному краю как к своей малой Родине.

*Художественно-эстетическое воспитание* – обогащение чувственного, эмоционально-ценностного, эстетического опыта обучающихся; развитие художественно-образного мышления, способностей к творчеству.

### Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия, события	Направления воспитательной работы	Форма проведения	Сроки проведения
1	Инструктаж по технике безопасности	Безопасность и здоровый образ жизни	В рамках занятий	Сентябрь
2	Игры на знакомство и командообразование	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-май
3	Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к оборудованию	Гражданско-патриотическое воспитание, нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-май
4	Защита проектов внутри группы	Нравственное воспитание, трудовое воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-май
5	Участие в соревнованиях различного уровня	Воспитание интеллектуально-познавательных интересов	В рамках занятий	Сентябрь-май
6	Беседа о празднике «День защитника Отечества»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Февраль
7	Беседа о празднике «8 марта»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Март
8	Открытые занятия для родителей	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству; интеллектуальное	В рамках занятий	Декабрь, май

		воспитание; формирование коммуникативной культуры		
--	--	--	--	--

### Список литературы

Нормативные правовые акты:

- 1) Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- 2) Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599.
- 3) Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
- 4) Распоряжение Правительства РФ от 30 декабря 2012 года № 2620-р.
- 5) Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
- 6) Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Для педагога дополнительного образования:

- 7) Баранова М.Ю., Колосова С. А. Музейная азбука. - Москва, 2006.
- 8) Бурцев В.П. Загадки и находки на тропинках спортивного ориентирования. - Москва, ФЦДТЮиК, 2007.
- 9) Вестник Академии детско-юношеского туризма и краеведения. №1,2. Москва, 2010.

Для обучающихся:

- 18) Баринов А. Деревьев души и сердца. - Изд. «Кладезь» Калининград, 2010.
- 19) Ган О., Григорьев Д. Твой дом. - Калининград, 2010.
- 20) Глухота Г. «С азимутом и рюкзаком». – Калининград, 2008.
- 21) Куликов В.М., Ротштейн Л.М., Константинова Ю.- Словарь юного туриста. - Москва, ФЦДЮТиК МО РФ, 2008
- 22) Мазнев Н. Цветной супертравник. - Москва, 2010.
- 23) Музей Мирового океана. Путеводитель по берегам Самбии. - Изд. «Терра Балтика», 2011.
- 24) Озеров А. Г. Исследовательская деятельность учащихся в природе – Москва, ФЦДЮТиК, 2005.

- 25) Персин А.И. Словарь юного краоведа. – Москва, ФЦДЮТиК МО РФ, 2008.
- 26) Семёнова Ю. В., Аполлонская И. В. Православный Калининград. - Изд. Смартбукс, 2013.
- 27) Сечко Л. Край, в котором мы живем. Очерки истории Калининградской области. - Калининград, Янтарный сказ, 2008
- 28) Калининградской области. - Калининград, Янтарный сказ, 2008
- 29) Туристская игротека (Игры, конкурсы, викторины). - Калининград, 2010.
- 30) Миловский В. А. 60 краеведческих маршрутов по Калининградской области. - Калининград, 2010.