


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ
ЦЕНТР «БЕРЕЗКА» города Сарова



Программа принята на заседании
педагогического совета
протокол № 6
от « 16 » июля 2024 года

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУДО «ООЦ «Березка»

Е.А. Рындин
от « 16 » июля 2024 года

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ЮНЫЙ ТУРИСТ»**

Уровень программы: стартовый
Возраст обучающихся: 6 лет 6 мес. – 15 лет
Срок реализации программы: 13,5 часов

Ф.И.О. разработчика:
М.С. Кочеткова

г. Саров,
2024 год

1. Пояснительная записка

Программа реализуется в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» в части реализации мероприятий по созданию новых мест дополнительного образования.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный турист» (далее – программа) имеет **туристско-краеведческую направленность.**

Уровень освоения данной программы: **стартовый.**

Программа разработана в соответствии с основными направлениями государственной образовательной политики и **нормативными документами**, регулирующими деятельность в сфере образования:

– Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

– Указ Президента Российской Федерации от 21.07. 2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07. 2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

– Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652 н «Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

– Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)

- Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей).

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р.

- Письмо Министерства просвещения РФ от 7.05.2020 № ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий»

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р.

- Постановление Правительства РФ от 11.10.2023 N 1678 "Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ"

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

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

– Распоряжение Правительства Нижегородской области от 30.10.2018 № 1135-р «О реализации мероприятий по внедрению целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей».

– Методические рекомендации по разработке (составлению) дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы ГБОУ ДПО НИРО.

– региональной системы дополнительного образования детей».

– Методические рекомендации по разработке (составлению) дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы ГБОУ ДПО НИРО.

– Устав и нормативно-локальные акты муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Оздоровительно-образовательного центра «Березка»

– Программа развития Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Оздоровительно-образовательного центра «Березка».

1.2. Актуальность и отличительные особенности программы

Актуальность программы обусловлена тем, что туристическое объединение является эффективным средством оздоровления и профилактики заболеваний. Дети осваивают начальные туристические навыки. Занятие туризмом становится важным педагогическим средством воспитания гражданственности и патриотических качеств подрастающего поколения. Туризм – значимый фактор воспитания, который способствует перенесению основного акцента в образовательном процессе с восприятия и созерцания на создание и саморазвитие школьника. Участие в создании материальной базы, подготовке к соревнованиям повышает самооценку воспитанников, развивает информационные и коммуникативные компетенции, способствует развитию партнерских отношений со сверстниками, формирует социально-ориентированные и гуманистические установки и жизненные смыслы.

Программа является интегрированной, синтезируя знания из нескольких наук: географии, истории, биологии, физиологии человека, что создает условия для комплексного изучения истории, культуры, природы родного края и людей, живущих среди нас.

Отличительная особенность программы – это ее комплексность и компактность, которая позволяет привить интерес к туризму.

Программа предусматривает различные формы проведения занятий, которые помогают сделать учебно-воспитательную деятельность более дифференцированной, интенсивной и гибкой. Предполагается реализовать такие формы занятий, как игра, в ходе которой происходит и объяснение, и демонстрация наглядных пособий: топографические карты, личное и групповое туристическое снаряжение (палатки, кухонная утварь, компас, рация и т.д.), умение правильно установить туристическую палатку.

Особенностью организации образовательного процесса является обучение разновозрастной группы обучающихся, являющейся основным составом объединения на период прохождения программы.

Программа имеет туристско-краеведческую направленность и уделяет большое внимание практической деятельности детей, исследованиям природы родного края. Детский туризм является могучим средством воспитания. Тяга к походам у подростков настолько сильна, что они в подавляющем большинстве предпочитают их любой другой форме летнего отдыха. Туризм можно использовать для решения многих педагогических задач, например по перевоспитанию «трудных» подростков.

Эффективность проведенных походов трудно переоценить: заметно обогащаются знания, умения и навыки обучающихся, формируются такие черты, как дисциплинированность, чувство дружбы, трудолюбие, инициативность, смекалка, выносливость, смелость, любовь к природе и др.

Участие в занятиях, простых туристских соревнованиях дает возможность ребенку проявить свои способности и помочь при этом своим друзьям. Здесь развивается и самоутверждение, и определение своей

жизненной позиции.

1.3. Адресат программы

Программа рассчитана на подготовку учащихся в возрасте от 6 до 16 лет.

1.4. Цель программы

Формирование знаний и умений в области туризма; ориентирования на местности; воспитание у детей бережного отношения к родной природе; содействие укреплению здоровья детей; развитие навыков коллективного поведения; развитие навыков самоорганизации и распределения походных ролей.

1.5. Задачи программы

Обучающие: обучить туристско-краеведческим и экологическим навыкам; обучить основным правилам техники безопасности в городе, в лесу; обучить навыкам организации быта в походе; сформировать умение работать с веревками, компасом и картой.

Развивающие: развивать у обучающихся наблюдение и внимание; физические качества, необходимые в повседневной жизни; когнитивные качества личности, любознательность, эрудированность, пытливость, проницательность.

Воспитательные: воспитать бережное отношение к природе; ответственность за свои поступки; владение навыками грамотного поведения в природе и обществе; воспитать в обучающихся собственное мнение и самостоятельным взглядам на жизнь; создать условия для общения и сотрудничества в коллективе.

1.6. Объем и сроки реализации программы, режим занятий

Программа «Юный турист» разработана для реализации в течение лагерной смены (21 день). Охват: 15 человек. Занятия проводятся 3 раза в неделю, продолжительностью – 1,5 часа. Общее количество запланированных часов – 13,5.

Период	Форма проведения	Общее кол-во часов	Место проведения
--------	------------------	--------------------	------------------

Каждую оздоровительную смену (июнь-август)	теория, практика	13,5 часов - за смену	Учебный класс, территория лагеря
--	------------------	-----------------------	----------------------------------

В организации образовательного процесса предусматриваются следующие формы проведения занятий:

- в виде игры, в ходе которой происходит и объяснение, и демонстрация наглядных пособий: туристического снаряжения, топографических карт, схем фотографий, и изучение нового материала;
- в виде учебно-тренировочных занятий (групповые и индивидуальные);
- походы.

2. Структура программы

2.1. Учебный план

№	Раздел	Количество часов
1.	Вводное занятие	0,5
2.	Основы туристской подготовки (пешеходный туризм)	3,5
3.	Краеведение	3
4.	Основы медицинских знаний	1,5
5.	Начальная специальная подготовка	5
	Общее количество часов:	13,5

2.2. Учебно-тематический план

№	Наименование раздела, темы.	Теория	Практика	Всего
		(Количество часов)		

1.	Вводное занятие			0,5
1.1.	Ознакомление обучающихся с расписанием занятий, правила поведения на занятии. Правила пожарной безопасности.	0,5		0,5
2.	Основы туристской подготовки (пешеходный туризм)			3,5
2.1.	Личное и групповое туристическое снаряжение.	0,5	0,5	1
2.2.	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Установка палатки.		1	1
2.3.	Питание в туристском походе. Правила движения в походе.	0,5		0,5
2.4.	Преодоление естественных препятствий (Игра: «Юный турист на тропе»)		1	1
3.	Краеведение			3
3.1.	Родной край, его природные особенности.		1	1
3.2.	Тропинка в природу. Ориентирование по компасу.	0,5	0,5	1
3.3.	Игра: «Следопыт»		1	1
4.	Основы медицинских знаний			1,5
4.1	Походный травматизм	0,5	0,5	1
4.2	Составление медицинской аптечки	0,5		0,5
5.	Начальная специальная подготовка			5
5.1.	Правила вязания туристских узлов. Способы выживания в условиях автономного существования.	0,5	0,5	1

5.2.	Переправа по горизонтальному или наклонному бревну, по качающимся перекладинам «Подвесное бревно».		1	1
5.3.	Переправа с использованием подручных средств.		1	1
5.4.	Преодоление заболоченного участка: по кочкам; с помощью жердей. Движение по узкому лазу.		1	1
5.5.	Соревнования по полосе препятствий		1	1
	Итого	3,5ч	10ч.	13,5ч.

3. Содержание Программы

Раздел 1. Вводное занятие

Теория. Ознакомление обучающихся с расписанием занятий, правила поведения на занятии. Правила пожарной безопасности. План работы. Форма одежды и внешний вид.

Раздел 2. Основы туристской подготовки

Теория: Понятие о личном и групповом туристском снаряжении. Перечень личного снаряжения однодневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних походов. Групповое снаряжение, требования к нему. Основные требования к месту привала и бивака. Виды палаток. Установка палаток. Оборудование палатки (спальный мешок, тент от дождя, коврик теплоизоляционный). Распределение обязанностей в группе. Составление плана подготовки похода. Значение правильного питания в походе. Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд. Организация питания в походе выходного дня. Составление меню. Оборудование для приготовления пищи (примусы, газовые плиты, горелки, комплект котелков и т.д.). Туристские должности в группе. Порядок движения группы на маршруте. Использование курвиметра.

Туристский строй. Режим движения, темп. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня. Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, через завалы, по заболоченной местности.

Практика: Установка палаток. Использование спального мешка. Ориентирование по компасу. Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведение похода и подведение итогов. Правила движения в походе, преодоление естественных препятствий. Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Отработка техники движения. Закрепление изученного по разделу. Интеллектуальная игра: «Что, где, когда».

Раздел 3. Краеведение

Теория: Родной край, его природные особенности. Особенности расположения детского загородного лагеря «Березка». План и географическая карта местности, формы земной поверхности, горизонт и его стороны, погода и климат. Ориентирование по компасу. Классификация грибов и определение их доброкачественности. Пищевые и лечебные свойства ягоды. Животные, обитающие в лесах родного края. Животные, занесенные в красную книгу. Создание визуальных средств обучения учащимися с помощью фотоаппарата (фото грибов, растений, насекомых и д.р.).

Практика: Краеведческая викторина-игра: «Следопыт».

Раздел 4. Основы медицинских знаний

Теория: Травмы и заболевания характерные в природной среде. Характеристика травм и заболеваний, меры по их профилактике. Гигиена туриста. Соблюдение правил личной гигиены в походе. Основные принципы оказания первой помощи. Проведение осмотра пострадавшего, порядок его проведения (обеспечение проходимости дыхательных путей, наличие дыхания, наличие пульса). Составление медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Назначение и дозировка препаратов, различия в принципе действия. Личная аптечка туриста, необходимые лекарства в

зависимости от хронических заболеваний.

Практика: Походный травматизм. Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.

Раздел 5. Начальная специальная подготовка

Теория: Правила вязания узлов, страховочные системы. Способы выживания в условиях автономного существования: поиск воды, добыча огня, постройка временного укрытия. Техника безопасности. Дисциплина в походе и на занятиях – основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении, на улице.

Практика: Переправа по горизонтальной веревке; по горизонтальному или наклонному бревну; по качающимся перекладинам; «Подвесное бревно»; «Бабочка»; «Паутина»; «Ромб»; Преодоление заболоченного участка: по кочкам; с помощью жердей; Движение по узкому лазу; Переправа с использованием подручных средств.

4. Планируемые результаты

По завершении обучения обучающиеся должны:

- знать и правильно применять узлы в туризме;
- уметь правильно применять туристское снаряжение;
- иметь достаточную физическую подготовку для совершения похода выходного дня;
- уметь правильно обустроить бивак;
- уметь правильно выполнять технические приёмы при преодолении различных препятствий;
- уметь правильно установить туристическую палатку.

5. Комплекс организационно-педагогических условий

5.1. Календарный учебный график

1 смена	2 смена	3 смена	Всего за сезон
---------	---------	---------	----------------

1	2	3	1	2	3	1	2	3	Неделя/часов
4,5	4,5	4,5	4,5	4,5	4,5	4,5	4,5	4,5	
13,5			13,5			13,5			9/40,5

5.2. Обеспечение программы

5.2.1. Методическое обеспечение

Практические занятия проводятся в форме игровых занятий. Изучение теоретического материала осуществляется как в виде отдельных теоретических занятий, так и в форме 5-10-минутных бесед.

Обучение рекомендуется начинать с выполнения наиболее простых заданий.

Используются словесные методы (объяснение, рассказ); наглядные методы (карточки с изображениями, топографические карты, презентации).

5.2.2. Материально-техническое оснащение программы

Материально-техническое оснащение: Палатка туристская- 5 шт.

Тент туристский – 2 шт.

Комплект котелков для приготовления пищи – 1 шт.

Топор туристский – 1 шт.

Лопата складная – 2 шт.

Костровое оборудование – 1 шт.

Радиостанции портативные – 5 шт.

Экшн-камера – 1 шт.

Спальный мешок – 15 шт.

Компас жидкостный – 1 шт.

Фонарь туристский – 15 шт.

5.3. Формы контроля: туристические соревнования, учебные

походы.

Контроль успеваемости учащихся проводится в форме туристических соревнований и учебных походов; опроса учащихся, на котором обучающимся предлагается ответить на теоретические вопросы.

Инструменты оценки достижений детей должны способствовать росту их самооценки и познавательных интересов.

5.4. Задания для проведения аттестации учащихся:

- собрать рюкзак для двухдневного похода, правильно уложив в него личное и групповое снаряжение;
- установить палатку в соответствии с правилами размещения и обустройства бивака.
- завязать три узла, используемые для связывания веревок при проведении соревнований по спортивному туризму.
- определить на карте для спортивного ориентирования 15 пронумерованных различных объектов.

Список литературы

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996. – С. 33-45.
2. Аппенянский А. И. Физическая подготовка туристов. М.: ЦРИБ «Турист», 1985. – С. 224-387.
3. Аркин Я. Г., Захаров В. Д., Саратовкин В. Д. Обеспечение безопасности в горах. М.: ЦРИБ «Турист», 1989. – С. 96-119.
4. Бардин К.В. Азбука туризма. М.: Просвещение, 1981. – 347 с.
5. Варламов В. Г. Основы безопасности в пешом походе. М.: ЦРИБ «Турист», 1983. – 223с.
6. Велитченко В. К. Физкультура без травм. М.: Просвещение, 1993 – С. 16-47
7. Елин Е. П. Психология физического воспитания. М.: Просвещение, 1980. – С. 96-110
8. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. М.: Профиздат, 1990. – 74 с.
9. Куликов В. М., Константинов Ю. С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1997. – 247 с.
10. Коструб А. А. Медицинский справочник туриста. М.: Профиздат, 1987. – 174 с.
11. Коротов В.М. Самоуправление школьников. М.: Просвещение, 1981. – С. 12-48.
12. Кошельков С.А. Обеспечение безопасности при проведении туристических слетов и соревнований учащихся. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1997. – 286 с.
13. Константинов Ю. С. Туристские соревнования учащихся. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995. – С. 35-49.
14. Лукоянов П.И. Зимние спортивные походы. М.: ФиС, 1979. – 247 с.
15. Лукоянов П. И. Безопасность в лыжных походах и чрезвычайных ситуациях зимних условий. М.: ЦДЮТур, 1998. – С. 49-60.
16. Рябов Е.Г. Туризм в школе. М.: ФиС, 1983. - С.19-42.

- 17.Симаков В.И. Туристские походы выходного дня. М. Советская Россия, 1984. - С.14-127.
- 18.Стемпиньска Я., Шаевски Т. Первая помощь при несчастных случаях и в экстремальных ситуациях. М.: ФиС, 1998. – 192 с.
- 19.Уховский Ф.С. Уроки ориентирования. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995. –С. 45-69.
- 20.Харин Х. Я. Безопасность путешествий на плотах. М.: ЦРИБ «Турист», 1984. – С. 55- 101.