УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ИВАНОВА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЦЕНТР ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТРЕНДОВ «ОМЕГА»

РЕКОМЕНДОВАНО
Председатель КМС
_____М.И. Безрукова
Протокол № 16
от «14» 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБУ ДО ЦОТ «Омега»
_____А.Е. Голубев
Приказ № 130-ОД
от «21» 08 2023 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Спортивный туризм»
(стартовый уровень)

Направленность: физкультурно-спортивная
Профиль: спортивный туризм
Возраст детей: 10-12 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Ремнева Софья Андреевна,
старший вожатый

Иваново, 2023 год

Структура дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»
1.1. Пояснительная записка. 3
1.2. Цель и задачи программы. 4
1.3. Содержание программы. 4
1.4. Планируемые результаты. 10
Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»
2.1. Календарный учебный график 10
2.2. Условия и реализация программы 10
2.3. Формы аттестации обучающихся 11
2.4. Оценочные материалы 11
2.5. Методические материалы 11
2.6. Рабочая программа воспитания 13
2.7. Список литературы 16
Приложения к программе

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Краткое описание: дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивный туризм» имеет стартовый уровень освоения программы. Она направлена на изучение прочных основ туристско-краеведческой деятельности, нравственности и здорового образа жизни, является проводником в воспитании гражданственности и патриотизма, любви к своей Родине. Занятие спортивным туризмом предполагает овладение знаниями и умениями в самых различных областях: техника и тактика спортивного туризма, топография и спортивное ориентирование, организация туристского быта, физиология и медицина, личная гигиена, экология, краеведение, а также общая физическая подготовка. Программа предназначена для детей в возрасте 10-12 лет со сроком реализации 1 год.

Актуальность программы: Туризм и краеведение, дополняя друг друга, осуществляют комплекс образовательно-воспитательных, спортивно-оздоровительных и научно-познавательных задач. Туристическо-краеведческая деятельность является комплексным средством в деле воспитания и образования учащихся, и в тоже время очень действенным в силу своей демократичности и гуманности. Следовательно, туристическо-познавательная деятельность учащихся является весьма актуальной для их всестороннего развития, занимает важное место в общей системе обучения учащихся и остается педагогически целесообразной.

Направленность программы – туристическо-краеведческая.

Профиль – спортивный туризм.

Уровень программы – стартовый. Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

Новизна программы: Программа построена на основе комплексного сочетания различных видов туризма и специальной подготовки. Процесс обучения, в основном, происходит в природной среде с учётом региональных климатических условий, позволяющие в течение года заниматься с детьми пешим, лыжным и велотуризмом. Программа ориентирует подростков на выбор профессий, связанных не только с туризмом и краеведением (геологи, спелеологи, проводники, инструкторы, историки, музейные работники), но и на востребованные профессии МЧС (спасатели), РА (военные), МВД (полицейские). Способствует действенной профилактике девиантного поведения (наркомания, токсикомания, алкоголизм) и дромомании (бродяжничество), через удовлетворение естественных потребностей подростков к риску, острым ощущениям, романтике путешествий, военной героике.

Педагогическая целесообразность программы: Программа обращает большое внимание на введение в обучение эмоционально-личностного контекста, индивидуального подхода к ребенку, развитие сотрудничества педагога и обучающегося, которое предполагает практическое осознание необходимости перехода на принципы доверия, взаимопомощи, взаимной ответственности обучающегося и педагога. Опираясь на внутренние силы, задатки, способности и возможности детей, которые раскрываются благодаря таким занятиям, ребенок становится более свободным и уверенным в своих силах.

Адресат программы: Программа предназначена для детей 10 – 12 лет (обучающиеся общеобразовательных школ, заинтересованных в развитии в сфере спортивного туризма и спортивного ориентирования).

Объем и срок проведения программы:

Общий объем программы – 180 часов.

Объем программы в неделю – 4 часа (2 раза в неделю по 2 часа).

Срок освоения программы – один год (45 учебных недель).

Формы обучения – очно, очно-заочно, заочно, дистанционно, в условиях сетевого взаимодействия и др.;

Особенности организации образовательной деятельности: ДООП «Спортивный туризм» объединяет детей приблизительно одного возраста (10-12 лет). Состав обучающихся, по большей степени, – постоянный, так как предназначен для получения наиболее эффективного результата от занятий. Занимающиеся после освоения базовых навыков, закрепляют их на практике, принимая участие в спортивных соревнованиях (спортивный туризм, спортивное ориентирование, туристские слеты, ВДЮОД «Школа безопасности» и др.).

1.2. Цель и задачи программы

Целью программы является пропаганда и популяризация туризма, как средства укрепления здоровья и привития стремления к здоровому образу жизни, удовлетворение естественной потребности учащихся в непосредственном познании мира, своего края.

В ходе достижения целей программы решаются следующие **задачи.**

1. Личностные:

- воспитание морально-волевых и этических качеств;
- воспитание чувства патриотизма, любви к своей Родине;
- формирование и развитие нравственно–коммуникативных качеств личности обучающихся;
- создание мотивации и благоприятных условий для развития навыков коллективного взаимодействия.

2. Метапредметные:

- вовлечение обучающихся в активную познавательную деятельность с применением приобретённых знаний на практике;
- разносторонняя физическая подготовка и ее совершенствование;
- приобретение и накопление соревновательного опыта;

3. Предметные:

- обучение навыкам туристско-краеведческой деятельности, оказания первой медицинской помощи, правилам поведения при вынужденной автономии;
- формирование системы знаний по двигательным действиям, нацеленным на укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- изучение культуры и природы через туристские походы, посещение памятников истории.

1.3. Содержание программы

Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Общее	Теория	Практика	
1	**Вводное занятие. Техника безопасности. Входная диагностика.**	2	2	-	Беседа, входная диагностика
2	**Краеведение. Экология.**	20	7	13	
2.1.	История развития туризма в стране. Туристские возможности Ивановского района. Что рассказывает карта Ивановского района?	4	2	2	Викторина/Онлайн-тестирование

2.2.	Наши соседи. Исторические и культурные достопримечательности района.	2	1	1	Викторина/Онлайн-тестирование
2.3.	Природа в городе и за его чертой.	2	1	1	Тестирование/ Онлайн-тестирование
2.4.	Экскурсии	10	2	8	Отзыв/ Онлайн-отзыв
2.5.	Экологические проблемы города и его окрестностей	2	1	1	Мини-проект
3	**Топография. Ориентирование.**	41	12	29	
3.1.	Топографическая подготовка юного туриста.	2	1	1	Интерактивная игра
3.2.	Местность. Топографические элементы местности. Рельеф местности и его изображение на картах.	2	1	1	Чтение легенды карты/Онлайн-конкурс
3.3.	Топографические знаки	8	6	2	Тестирование/ Онлайн-тестирование
3.4.	Компас. Стороны света.	2	1	1	Интерактивная игра
3.5.	Азимут	2	1	1	Тестирование/ Онлайн-тестирование
3.6.	Ориентирование на местности	15	-	15	Ориентирование/ Онлайн-соревнование
3.7.	Топографическая карта. Условные знаки топографических карт	2	-	2	Рисование плана местности
3.8.	Измерение расстояний	2	1	1	Измерение расстояний
3.9.	Работа с компасом и картой	6	1	5	Соревнования по спортивному ориентированию
4	**Туристская техника.**	60	12	48	
4.1.	Организация похода. Туристический маршрут	2	1	1	Составление простейшего маршрута/ Презентация туристского маршрута
4.2.	Правила движения в походе	1	1	-	Тестирование/ Онлайн-тестирование
4.3.	Снаряжение туриста	4	2	2	Подготовка группового снаряжения
4.4	Бивак. Палатка. Костёр.	2	2	-	Установка палатки
4.5.	Туристские узлы	6	1	5	Зачет по вязке туристских узлов
4.6.	Питание в походе	1	-	1	Тест

4.7.	Обязанности в тургруппе	2	1	1	Проект “Наши обязанности”
4.8.	Преодоление препятствий без специального снаряжения	6	1	5	Контрольная тренировка
4.9.	Преодоление препятствий с помощью специального снаряжения	26	3	23	Контрольная тренировка
4.10.	Соревнования по спортивному туризму и походы	10	-	10	Соревнования
5	**Личная гигиена туриста. Доврачебная помощь.**	13	7	6	
5.1.	Гигиена туриста	1	1	-	Тестирование/ Онлайн-тестирование
5.2.	Медицинская аптечка	2	1	1	Тестирование/ Онлайн-тестирование
5.3.	Переноска пострадавшего	3	1	2	Переноска пострадавшего, зачет по вязке носилок
5.4.	Первая доврачебная помощь	7	4	3	Зачет
6	**Общая физическая подготовка**	**44**	**-**	**44**	Сдача нормативов
				Всего: 180 ч.	

Содержание учебного плана

Раздел №1. Вводное занятие. Техника безопасности. Входная диагностика. 2 часа

Теория. (Очно/дистанционно). Знакомство с ребятами. Представление педагога, обмен контактами. Название программы, объяснение этого названия. Цели программы. Что будем изучать (примерные области, темы). Какая будет отчетность, в какой форме. Как вести себя на занятиях. Форма одежды. Ознакомление с инструкциями по технике безопасности.

Раздел №2. Краеведение. Экология. 20 часов

2.1. История развития туризма в стране. Туристские возможности Ивановского района. Что рассказывает карта Ивановского района?

Теория. (Очно/дистанционно). История развития туризма в стране. Организованный и самодеятельный туризм. Туристские возможности Ивановского района. Ивановский район. Что рассказывает карта Ивановского района.

Практика: викторина, онлайн-викторина.

2.2. Наши соседи. Исторические и культурные достопримечательности района.

Теория. (Очно/дистанционно). Наши соседи. Исторические и культурные достопримечательности района. Наш район в нашей области. Границы и посёлки (наиболее знаменитые наши соседи по границам района). Исторические связи, особенности, старые и новые границы.

Практика: Викторина/онлайн-тестирование.

2.3. Природа в городе и за его чертой.

Теория. (Очно/дистанционно). Природа в городе и за его чертой. Природа вокруг нас. Местность, на которой расположен наш район, её отличительные особенности, характерные контуры: подъёмы, спуски.

Практика. «Путешествия» по карте. Краеведческие викторины/Онлайн-викторины. Социальный опрос. Онлайн-анкетирование. Тренинг «Знакомство». Онлайн-зачёт. Онлайн-отзыв. Онлайн-тестирование. Презентация исследовательской работы

2.4. Экскурсии

Теория. (Очно/дистанционно). Исторические и культурные достопримечательности района.

Практика: Экскурсии по ближайшим окрестностям. Экскурсии в музеи. Экскурсии в музеи города Иваново.

2.5. Экологические проблемы города и его окрестностей

Теория. (Очно/дистанционно). Экологические объекты района. Экологические проблемы города и его окрестностей. Климат, растительность и животный мир, рельеф, реки Ивановского района.

Практика: Онлайн-анкетирование. Защита «Мини-проекта»

Раздел №3. Топография. Ориентирование. 41 час

3.1. Топографическая подготовка юного туриста.

Теория. (Очно/дистанционно). Топографическая подготовка юного туриста. Знакомство с топографической и физической картой. Виды топографических карт.

Практика. Зачет на знание видов топографических карт. Интерактивные игры. Тестирование. Викторины. Чтение карты по топографическим знакам. Чтение топографической карты.

3.2. Местность. Топографические элементы местности. Рельеф местности и его изображение на картах. Масштаб.

Теория. (Очно/дистанционно). Топографические элементы местности. Рельеф местности и его изображение на картах. Способы изображения рельефа на картах. Что такое масштаб?

Практика. Знание топографических элементов местности. Определение рельефа по карте и на местности. Определение масштаба на карте и на местности.

3.3. Топографические знаки

Теория. (Очно/дистанционно). Изучение топографических знаков. Такие группы, как: рельеф, скалы и камни, гидрография, растительность, искусственные объекты, технические символы, обозначение дистанции, обозначения лыжней. Символьные легенды контрольных пунктов.

Практика. Зарисовка топографических знаков. Онлайн-тестирование. Тесты. Зачет на знание топографических знаков. Нахождение топографических знаков на спортивной карте. Топографический диктант.

3.4. Компас. Стороны света.

Теория. (Очно/дистанционно). Компас. Устройство компаса. Стороны света. Дополнительные и вспомогательные направления сторон горизонта.

Практика. Применение компаса на практике. Работа с компасом и картой. Движение по направлению. Определение сторон горизонта с помощью компаса.

3.5. Азимут

Теория. (Очно/дистанционно). Азимут. Что такое азимут? Техника определения азимута.

Практика. Движение по азимутальному ходу. Определение азимута. Определение азимута до недоступного и доступного предмета.

3.6. Ориентирование на местности

Теория. (Очно/дистанционно). Ориентирование на местности. Способы ориентирования по небесным светилам и особенностям местных предметов.

Практика. Ориентирование на местности. Применение способов ориентирования по небесным светилам на практике. Соревнования по спортивному ориентированию.

3.7. Топографическая карта. Условные знаки топографических карт

Теория. (Очно/дистанционно). Способы изображения рельефа на картах. Условные знаки топографических карт.

Практика. Рисование плана местности.

3.8. Измерение расстояний

Теория. (Очно/дистанционно). Техника измерения расстояний на карте и местности.

Практика. Измерение расстояний на местности.

3.9. Работа с компасом и картой

Теория. (Очно/дистанционно). Работа с компасом и картой.

Практика. Работа с компасом и картой. Соревнования по спортивному ориентированию.

Раздел №4. Туристическая техника. 60 часов

4.1. Организация похода. Туристический маршрут

Теория. (Очно/дистанционно). Организация похода. Правила организации похода. Туристический маршрут. Выбор маршрута.

Практика. Разработка маршрута похода. Выбор оптимального движения в походе. Учебные походы. Презентация туристского маршрута.

4.2. Правила движения в походе

Теория. (Очно/дистанционно). Правила движения в походе.

Практика. Зачет на знания правил движения в походе. Интерактивная игра. Викторина. Онлайн-тестирование.

4.3. Снаряжение туриста

Теория. (Очно/дистанционно). Снаряжение туриста. Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень снаряжения для походов и соревнований, требования к нему.

Практика. Подбор личного снаряжения. Вязка индивидуальной страховочной системы. Зачет на знания названий и способов применения личного снаряжения. Подготовка группового снаряжения.

4.4. Бивак. Палатка. Костёр.

Теория. (Очно/дистанционно). Что такое бивак? Бивак. Бивачные работы и принципы их проведения. Палатка. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Костёр. Виды костров. Костровое оборудование.

Практика. Разбивка бивака. Установка палатки. Зачет на знание видов костров.

4.5. Туристские узлы

Теория. (Очно/дистанционно). Узлы. «двойной проводник», «проводник восьмёрка», «прямой», “булинь”, “грейпвайн”, “штык”, “схватывающий”, “встречный”, “брам-шкотовый”, “стремя”, “австрийский проводник”, “схватывающий Бахмана”, “австрийский схватывающий” и их назначение.

Практика. Вязка туристских узлов. Зачет по вязке туристских узлов. Применение узлов на практике.

4.6. Питание в походе

Теория. (Очно/дистанционно). Питание в походе. Значение правильного питания в походе. Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд.

Практика. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках.

4.7. Обязанности в тургруппе

Теория. (Очно/дистанционно). Обязанности в тургруппе. Должности постоянные и временные.

Практика. Защита проекта “Наши обязанности”

4.8. Преодоление препятствий без специального снаряжения

Теория. (Очно/дистанционно). Техника преодоления препятствий без специального снаряжения.

Практика. Переправа без специального снаряжения по горизонтальной веревке, по качающемуся, наклонному, подвесному бревну, по качающимся перекладинам. “Бабочка”, “паутина”, “ромб”. Преодоление заболоченного участка по кочкам, с помощью жердей, переправа в брод. Контрольная тренировка.

4.9. Преодоление препятствий с помощью специального снаряжения

Теория. (Очно/дистанционно). Техника преодоления препятствий с помощью специального снаряжения.

Практика. Преодоление препятствий с помощью специального снаряжения: переправа по веревке с перилами, переправа по бревну с перилами. Подъем, траверс, спуск с самостраховкой по перилам, навесная переправа. Отработка техники спортивного туризма. Маркировка веревки. Работа со специальным туристским снаряжением. Упражнения на мелкую моторику. Контрольная тренировка.

4.10. Соревнования по спортивному туризму и походы

Теория. (Очно/дистанционно). Изучение правил соревнований по спортивному туризму. Разбор условий соревнований. Тактика и техника прохождения этапов.

Практика. Участие в соревнованиях по спортивному туризму. Поход

<u>№5. Личная гигиена туриста. Доврачебная помощь. 13 часов</u>

5.1. Гигиена туриста

Теория. (Очно/дистанционно). Понятие о личной гигиене туриста: гигиена тела, значение водных процедур. Соблюдение гигиенических требований в походе.

Практика. Применение средств личной гигиены в походных условиях и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за одеждой и обувью. Способы обеззараживания питьевой воды.

5.2. Медицинская аптечка

Теория. (Очно/дистанционно). Медицинская аптечка. Содержимое медицинской аптечки.

Практика. Формирование походной медицинской аптечки. Оказание первой помощи условно пострадавшему. Зачет на знание состава медицинской аптечки.

5.3. Переноска пострадавшего.

Теория. (Очно/дистанционно). Переноска пострадавшего. Приемы транспортировки пострадавших.

Практика. Вязка носилок разными способами. Переноска пострадавшего в зависимости от рельефа местности.

5.4. Первая доврачебная помощь.

Теория. (Очно/дистанционно). Первая доврачебная помощь. Походный и спортивный травматизм. Характерные заболевания в походе и их профилактика. Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Помощь утопающему, обмороженному, поражённому электрическим током. Уход за больным в походе.

Практика. Оказание первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи). Онлайн-зачёт. Онлайн-тестирование. Интерактивная игра.

<u>Раздел №6. Общая физическая подготовка. 44 часа</u>

Теория. Техника выполнения физических упражнений.

Практика. Спортивные и подвижные игры. Упражнения для развития:

- Силы
- Выносливости
- Гибкости
- Быстроты

- Ловкости
- Координации движений

1.4. Планируемые результаты

На основе поставленных задач данной программы, в том числе планируется достигнуть следующих результатов:

1. Личностные:
- сформированы морально-волевые и этические качества
- воспитано чувство патриотизма и любовь к своей Родине;
- сформированы нравственно-коммуникативные качества обучающихся;
- мотивированы на развитие навыков коллективного взаимодействия.

2. Метапредметные:
- вовлечены в активную познавательную деятельность с применением приобретённых знаний на практике;
- улучшена физическая подготовка;
- приобретен и накоплен соревновательный опыт.

3. Предметные:
- обучены навыкам туристско-краеведческой деятельности, оказания первой медицинской помощи, правилам поведения при вынужденной автономии;
- сформирована система знаний по двигательным действиям, нацеленным на укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- изучена культура и природа через туристские походы, посещены памятники истории.

Раздел №2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Календарный учебный график

Количество учебных недель: 45

Количество учебных дней: 90

Даты начала и окончания обучения по программе: с 1.09.2023 по 31.08.2024 г.

Календарно-учебный график представлен в Приложении №1. Корректировка проводится каждый раз по факту реализации УТП не в полном объеме.

2.2. Условия реализации программ

Для успешной и результативной работы при реализации туристско-краеведческой программы необходимо создание и применение следующих аспектов деятельности:

Материально-техническое оснащение:

1. Скалодром.
2. Площадка для спортивно-туристских игр на открытом воздухе.
3. Подсобное помещение для хранения инвентаря.
4. Медицинская аптечка.
5. Палатки туристские.
6. Рюкзаки туристские.
7. Коврики туристские.
8. Компасы.
9. Топографические и спортивные карты местности.
10. Веревки, страховочные обвязки, страховочные карабины.
11. Компьютер.

Информационно-методическое сопровождение (пакет учебно-методических материалов): подборка бесед и сообщений, тематический иллюстративный материал, образцы печатной продукции;

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования.

2.3. Формы аттестации

Формы подведения итогов реализации программы проходят в виде соревнований по спортивному туризму и ориентированию. Текущий контроль осуществляется в виде анкетирований, викторин, тестирований, интерактивных игр, чтения легенды, контрольных тренировок, зачетов, сдач нормативов по итогам проведения каждого отдельно блока учебных занятий (топография, спортивное ориентирование, туристская техника, личная гигиена, доврачебная помощь, краеведение, экология, общая физическая подготовка).

2.4. Оценочные материалы

Для диагностики достижений учащимися разработаны следующие критерии оценки:

- общий уровень физической подготовки;
- уровень интеллектуального развития;
- наличие специальных туристических навыков;
- личная заинтересованность в результате работы;
- умение работать в команде.

Оценка производится по трем уровням: высокий, средний, низкий. Диагностика проводится три раза в год: в начале, середине и конце цикла мероприятий.

Оценочные материалы представлены в Приложении 2.

2.5. Методические материалы

Методы обучения:

- словесный (лекция, беседа, инструктаж, рассказ);
- наглядные (использование технических средств, просмотр видеороликов, демонстрация схем, таблиц, диаграмм);
- практические (практические занятия, тренинги, игры, анализ и решение проблемных ситуаций, взаимоконтроль, самоконтроль);
- стимулирующий (соревнования, поощрение, показательные выступления);
- репродуктивный.

Формы организации образовательной деятельности: индивидуально-групповая

Формы организации учебного занятия: беседа, встреча с интересными людьми, конкурс, лекция, мастер-класс, «мозговой штурм», наблюдение, открытое занятие, поход, праздник, практическое занятие, соревнование, тренинг, чемпионат, экскурсия и др.

Педагогические технологии:

- личностно-ориентированные технологии
- традиционные технологии
- игровые технологии
- модульное обучение

Алгоритм учебного занятия

1. Организационный этап
2. Мотивационный этап
3. Целеполагание
4. Актуализация знаний
5. Основной этап (может быть изучение нового материала, закрепление пройденного, аттестация пройденного – к.р., зачет, проект)
6. Итоговый этап
7. Рефлексия

Дидактические материалы:

- раздаточные материалы (спортивные карты, легенды, топографические знаки, условия соревнований, правила соревнований по спортивному туризму)
- задания (тесты по спортивному ориентированию)
- упражнения

Рабочая программа воспитания
и календарный план воспитательной работы

Тема: «Тренинг общения»
На 2023-2024 учебный год

Старший вожатый
Ремнева Софья Андреевна

1. Пояснительная записка.

Нормативно-правовая база

Рабочая программа воспитания для обучающихся детского объединения разработана старшим вожатым – руководителем детского объединения согласно требованиям следующих документов:

1.Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2.Федеральный закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

3.Указ Президента РФ от 21 июля 2020 года № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;

4.Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная Распоряжением Правительства РФ от 04 сентября 2014 года № 1726-р (ред. От 30.03.2020);

5.Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 года № 996-р;

6.Государственная программа РФ «Развитие образования», утвержденная постановлением Правительства РФ от 26 декабря 2017 года № 1642 (ред. От 16.07.2020);

7.Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 года № 16);

8.Приказ Министерства образования и науки РФ от 09 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении Порядка и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

2. Актуальность программы

С 1 сентября 2020 года вступил в силу Федеральный закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».

Президент Российской Федерации В.В. Путин отметил, что смысл предлагаемых поправок в том, чтобы «укрепить, акцентировать воспитательную составляющую отечественной образовательной системы». Он подчеркнул, что система образования не только учит, но и воспитывает, формирует личность, передает ценности и традиции, на которых основано общество.

«Воспитание – деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде». (Статья 2, пункт 2, ФЗ № 304)

«Образовательная программа – комплекс основных характеристик образования (объем, содержание, планируемые результаты) и организационно-педагогических условий, который представлен в виде учебного плана, календарного учебного графика, рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), иных компонентов, оценочных и методических материалов, а также в предусмотренных настоящим Федеральным законом случаях в виде рабочей программы воспитания, календарного плана воспитательной работы, форм аттестации». (Статья 2, пункт 9, ФЗ № 304).

3. Цель и задачи

Цель воспитания – создание условий для формирования социально-активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности, способной на сознательный выбор жизненной позиции, а также духовному и физическому самосовершенствованию, саморазвитию в социуме;

Задачи воспитания –

- способствовать развитию личности обучающегося, с позитивным отношением к себе, способного вырабатывать и реализовывать собственный взгляд на мир, развитие его субъективной позиции;
- развивать систему отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности;
- способствовать умению самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности;

4. Ожидаемые результаты:

- развита личность обучающегося, с позитивным отношением к себе, способного вырабатывать и реализовывать собственный взгляд на мир, развитие его субъективной позиции;
- развита система отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности;
- умеет самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности;

5. Календарный план воспитательной работы

№	Мероприятие	Дата	Место
1	День памяти жертв блокады Ленинграда	8 сентября	МБОУ СШ №1 г.Иваново
2	Международный день толерантности	16 ноября	МБОУ СШ №1 г.Иваново
3	День защитников Отечества	23 февраля	МБОУ СШ №1 г.Иваново
4	Всемирный день здоровья	7 апреля	МБОУ СШ №1 г.Иваново
5	День Победы	9 мая	МБОУ СШ №1 г.Иваново

2.7. Список литературы

Нормативная основа реализации программы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Приказ «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 27 июля 2022 г. N 629
3. Постановление Главного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
4. Письмо Министерства просвещения РФ от 7 мая 2020 г. №ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий»
5. Методические рекомендации Минобрнауки России по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом особых образовательных потребностей от 29.03.2016 г. №ВК 641/09
6. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р)
7. Устав МБУ ДО ЦОТ «Омега»
8. Локальный акт «Положение о разработке, порядке утверждения, корректировке и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в МБУ ДО ЦОТ «Омега»
9. Локальный акт «Положение о системе оценок, форм, периодичности и порядке текущего контроля и аттестации обучающихся МБУ ДО ЦОТ «Омега».

Список литературы для педагога:

1. Алешин В.М., Серебряков А.В. Туристская топография. – М., Профиздат,1985г.
2. Антропов К., Расторгуев М. Узлы. – М., ЦДЮТур РФ, 1994г.
3. Бардин К.В. Азбука туризма. – М., ФиС, 1990г.
4. Верманов В.Г. Основы безопасности в пешем походе. – М., ЦРИБ «Турист», 1983г.
5. Волович В.Г. Как выжить в экстремальной ситуации. – М., Знание, 1990г.
6. Гонопольский В.И. Организация и подготовка спортивного туристского похода. – М., ЦРИБ «Турист», 1986г.
7. Иванов Е.И. Судейство соревнований по спортивному ориентированию. – М., ФиС, 1990г.
8. Кодыш Э.Н., Крнстантинов Ю.С., Кузнецов Ю.А., Туристские слеты и соревнования. – М., Профиздат, 1984г.
9. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. – М., Профиздат,1997г.
10. Куликов В.М., Константинов Ю.С., Топография и ориентирование в туристском путешествие., - М., ЦДЮТур МОПО РФ, 1997г.
11. Линчевский Э.Э. Психологический климат туристской группы. – М.,ФиС, 1981г.
12. Маринов Б. Проблемы безопасности в горах. – М., ФиС, 1981г.
13. Методика врачебно-педагогического контроля в туризме. – С., ЦРИБ «Турист»,1990г.

14. Организация и проведение поисково-спасательных работ силами туристской группы. – М., ЦРИБ «Турист», 1981г.

15. Подготовка, проведение и судейство районных туристских соревнований школьников. Сост. Сафонов В.А. – М., ЦСЮТур МОРСФСР, 1986г.

16. Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов. – М., Профиздат, 1987г.

Список литературы для обучающихся:

1. Астапенко П.Д. Вопросы о погоде – Л., Гидрометиоиздат, 1982.
2. Буланова Н.А. Как пойти в поход – Дубна: ЦДЮТиЭВ,2000.
3. Головочев М.В., Мухамодинов Н.Ф. Школа выживания: организация и обустройство полевого лагеря: (Вопросы безопасности): Пособие по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности». – Нижний Новгород: Изд-во НГТУ, 2001.
4. Дубровский В.И. Все виды массажа. – М.: Молодая гвардия, 1994.
5. Захаров Е.Н. Энциклопедия физической подготовки: Методические основы развития физических качеств/ Под общ. Ред. А.В.Карасева. – М.: Лептос,1994.
6. Ильичев А.А. Популярная энциклопедия выживания. 3-е мзд., испр., доп. и перераб. – М.: ЗАО «Изд-во ЭКСМО - Пресс», 2000.
7. Краткий географически словарь для школьников / Под ред. Г.И.Немкова. – М.: Недра, 1989.
8. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1997.
9. Самойленко А.А. Тверды Д.А. туристскими тропами Кубани. Краснодар 2004.
10. Скрягин Л.Н. Морские узлы. – М: Транспорт, 1998.
11. Фисенко Т. Е.Книга молодого ориентировщика. – М.: ЦДЮТур МО РФ,1997г.
12. Шальков Ю.Л. здоровье туриста. – М.: Физкультура и спорт, 1987.

Приложение 1

№	Месяц	Число	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
1	Сентябрь	15	Теория	2	Вводное занятие. История развития туризма в стране. Организованный и самодеятельный туризм. Туристские возможности Ивановского района.	Беседа
2	Сентябрь	19	Теория, практика	1	Ивановский район. Что рассказывает карта Ивановского района.	Наблюдение
				1	ОФП	
3	Сентябрь	22	Теория, практика	1	Климат, растительность и животный мир, рельеф, реки Ивановского района.	Наблюдение
				1	Наш район в нашей области. Границы и посёлки.	
4	Сентябрь	26	Теория, практика	1	Экологические объекты района.	Наблюдение
				1	ОФП	
5	Сентябрь	29	Практика	2	Экскурсия	Наблюдение
6	Октябрь	3	Теория, практика	1	Наши соседи. Исторические и культурные достопримечательности района.	Наблюдение
				1	Туристические узлы	
7	Октябрь	6		1	ОФП	Наблюдение

			Теория,	1	Туристские узлы	
8	Октябрь	10	Теория, практика	1	Исторические связи, особенности, старые и новые границы. Исторические и культурные достопримечательности района.	Наблюдение
				1	Туристические узлы	
9	Октябрь	13	Теория, практика	1	ОФП	Наблюдение
				1	Туристические узлы	
10	Октябрь	17	Теория, практика	1	Местность, на которой расположен наш район, её отличительные особенности, характерные контуры: подъёмы, спуски.	Наблюдение
				1	Туристические узлы	
11	Октябрь	20	Теория, практика	1	Природа в городе и за его чертой.	Защита проектов
				1	ОФП	
12	Октябрь	24	Теория, практика	1	Экологические проблемы города и его окрестностей.	Наблюдение
				1	Туристические узлы	
13	Октябрь	27	Теория, практика	1	Преодоление препятствий без специального снаряжения.	Наблюдение
				1	ОФП	
14	Октябрь	31	Практика	2	Экскурсия	Наблюдение

15	Ноябрь	3	Теория, практика	1	Преодоление препятствий без специального снаряжения	Наблюдение
				1	ОФП	
16	Ноябрь	7	Теория, практика	1	Преодоление препятствий без специального снаряжения	Наблюдение
				1	Первая доврачебная помощь. Походный и спортивный травматизм	
17	Ноябрь	10	Практика	1	Преодоление препятствий без специального снаряжения.	Наблюдение
				1	ОФП	
18	Ноябрь	14	Практика	1	Преодоление препятствий без специального снаряжения.	Наблюдение
				1	Первая доврачебная помощь. Помощь при различных травмах.	
19	Ноябрь	17	Практика	2	Преодоление препятствий без специального снаряжения.	Контрольная тренировка
20	Ноябрь	21	Теория, практика	1	Гигиена туриста. Понятие о личной гигиене туриста: гигиена тела, значение водных процедур. Соблюдение гигиенических требований в походе.	Наблюдение
				1	ОФП	
21	Ноябрь	24	Практика	2	Соревнования по спортивному туризму.	Соревнования

22	Ноябрь	28	Теория, практика	1	Помощь утопающему, обмороженному, поражённому электрическим током.	Наблюдение
				1	ОФП	
23	Декабрь	1	Практика	2	Экскурсия	Наблюдение
24	Декабрь	5	Практика	2	Работа с о специальным туристским снаряжением.	Наблюдение
25	Декабрь	8	Практика	1	Работа со специальным туристским снаряжением.	Наблюдение
				1	ОФП	
26	Декабрь	12	Практика	2	Работа с о специальным туристским снаряжением.	Наблюдение
27	Декабрь	15	Практика	1	Работа со специальным туристским снаряжением.	Наблюдение
				1	ОФП	
28	Декабрь	19	Практика	2	Работа со специальным туристским снаряжением.	Наблюдение
29	Декабрь	22	Практика	2	Контрольная тренировка по технике спортивного туризма	Соревнования
30	Декабрь	26	Практика	2	Соревнования по вязке туристских узлов.	Соревнования
31	Декабрь	29	Теория, практика	1	Топографическая подготовка юного туриста. Вводное занятие.	Наблюдение

				1	Знакомство с топографической и физической картой, виды топографических карт.	
32	Январь	9	Теория, практика	1	Местность. Топографические элементы местности.	Наблюдение
				1	ОФП	
33	Январь	12	Теория, практика	1	Рельеф местности его изображение на картах.	Наблюдение
				1	Компас. Устройство компаса.	
34	Январь	16	Теория, практика	1	Компас. Стороны света.	Наблюдение
				1	ОФП	
35	Январь	19	Теория, практика	1	Топографические знаки.	Наблюдение
				1	Что такое азимут?	
36	Январь	23	Теория, практика	1	Азимут.	Наблюдение
				1	ОФП	
37	Январь	26	Практика	2	Экскурсия	Наблюдение
38	Январь	30	Теория, практика	1	Топографические знаки.	Наблюдение
				1	Измерение расстояний на карте и местности.	
39	Февраль	2	Теория, практика	1	Топографические знаки.	Наблюдение
				1	ОФП	
40	Февраль	6		1	Топографические знаки.	Наблюдение

			Теория, практика	1	Топографическая карта. Условные знаки топографических карт.	
41	Февраль	9	Теория, практика	1	Топографические знаки.	Наблюдение
				1	ОФП	
42	Февраль	13	Теория, практика	1	Топографические знаки.	Зачет на знания топографических знаков.
				1	Топографическая карта - рисование плана местности.	
43	Февраль	16	Теория, практика	1	Дополнительные и вспомогательные направления сторон горизонта.	Наблюдение
				1	ОФП	
44	Февраль	20	Теория, практика	1	Зарисовка топографических знаков.	Наблюдение
				1	Ориентирование на местности.	
45	Февраль	23	Практика	1	Работа с компасом и картой	Соревнования
				1	ОФП	
46	Февраль	27	Практика	1	Ориентирование на местности	Наблюдение
				1	Измерение расстояний на карте и местности.	
47	Февраль	29	Практика	1	Топографические знаки.	Наблюдение
				1	ОФП	
48	Март	1	Практика	1	Ориентирование на местности	Наблюдение
				1	ОФП	

49	Март	5	Практика	1	Работа с компасом и картой	Наблюдение
				1	Ориентирование на местности	
50	Март	8	Практика	1	Ориентирование на местности	Наблюдение
				1	ОФП	
51	Март	12	Практика	1	Работа с компасом и картой	Наблюдение
				1	ОФП	
52	Март	15	Практика	1	Ориентирование на местности	Контрольная тренировка
				1	ОФП	
53	Март	19	Практика	2	Ориентирование на местности	Наблюдение
54	Март	22	Практика	1	Топографические знаки.	Наблюдение
				1	ОФП	
55	Март	26	Практика	1	Вязка носилок, переноска пострадавшего.	Наблюдение
				1	Работа с компасом и картой	
56	Март	29	Практика	1	Преодоление препятствий с помощью специального снаряжения: переправа по бревну с перилами.	Наблюдение
				1	ОФП	
57	Апрель	2	Практика	1	Вязка носилок, переноска пострадавшего.	Наблюдение

				1	Преодоление препятствий с помощью специального снаряжения: переправа по веревке с перилами.	
58	Апрель	5	Практика	1	Преодоление препятствий с помощью специального снаряжения: подъем, спуск по склону.	Наблюдение
				1	ОФП	
59	Апрель	9	Практика	1	Вязка носилок, переноска пострадавшего.	Наблюдение
				1	Преодоление препятствий с помощью специального снаряжения: подъем, спуск по склону.	
60	Апрель	12	Практика	1	Преодоление препятствий с помощью специального снаряжения: траверс склона.	Наблюдение
				1	ОФП	
61	Апрель	16	Практика	1	Преодоление препятствий с помощью специального снаряжения: навесная переправа.	Наблюдение
				1	Экскурсия	
62	Апрель	19	Практика	1	Преодоление препятствий с помощью специального снаряжения: переправа по бревну методом “горизонтальный маятник”.	Наблюдение
				1	ОФП	

63	Апрель	23	Практика	1	Преодоление препятствий с помощью специального снаряжения: переправа методом “вертикальный маятник”.	Наблюдение
				1	Ориентирование на местности.	
64	Апрель	26	Практика	2	Соревнования по спортивному туризму	Соревнования
65	Апрель	30	Теория, практика	1	Туристический маршрут. Выбор маршрута.	Наблюдение
				1	ОФП	
66	Май	3	Практика	1	Туристская техника.	Наблюдение
				1	Ориентирование на местности	
67	Май	7	Практика	1	Туристская техника.	Наблюдение
				1	ОФП	
68	Май	10	Практика	1	Туристская техника.	Наблюдение
				1	Ориентирование на местности.	
69	Май	14	Практика	1	Туристская техника.	Мини-соревнования
				1	ОФП	
70	Май	17	Теория, практика	1	Бивуак. Бивуачные работы и принципы их проведения.	Наблюдение
				1	Понятие о личном и групповом снаряжении	
71	Май	21	Теория, практика	1	Палатка. Костер.	Наблюдение
				1	ОФП	

72	Май	24	Теория, практика	1	Питание в походе	Наблюдение
				1	Техника пешеходного туризма	
73	Май	28	Теория, практика	1	Техника пешеходного туризма	Наблюдение
				1	ОФП	
74	Май	31	Теория, практика	1	Формирование походной медицинской аптечки.	Наблюдение
				1	Разработка маршрута похода	
75	Июнь	4	Теория, практика	1	Техника пешеходного туризма	Наблюдение
				1	ОФП	
76	Июнь	7	Теория, практика	1	Работа с компасом и картой	Наблюдение
				1	Обязанности в группе	
77	Июнь	11	Теория, практика	1	Первая помощь. Тепловой и солнечный удар в походе.	Наблюдение
				1	ОФП	
78	Июнь	14	Теория, практика	1	Первая помощь. Уход за больным в походе.	Наблюдение
				1	Подготовка группового снаряжения	
79	Июнь	18	Практика	1	ОФП	Наблюдение
				1	Понятие о личном и групповом снаряжении.	
80	Июнь	21	Теория, практика	1	Правила движения в походе.	Наблюдение
				1	Техника пешеходного туризма	

81	Июнь	25	Теория, практика	1	Работа с компасом и картой	Наблюдение
				1	ОФП	
82	Июнь	28	Практика	1	Ориентирование на местности	Наблюдение
				1	ОФП	
83	Июль	2	Практика	2	Соревнования по спортивному туризму	Соревнования
84	Июль	5	Теория, практика	1	Работа со специальным туристским снаряжением.	Наблюдение
				1	Содержимое медицинской аптечки.	
85	Июль	9	Практика	1	Ориентирование на местности	Наблюдение
				1	ОФП	
86	Июль	12	Теория, практика	1	Первая доврачебная помощь. Характерные заболевания в походе и их профилактика	Наблюдение
				1	ОФП	
87	Июль	16	Теория, практика	1	Перечень снаряжения для походов и соревнований, требования к нему	Наблюдение
				1	ОФП	
88	Июль	19	Теория, практика	1	ОФП, Подвижные игры	Наблюдение
				1	Работа с компасом и картой	
89	Июль	23	Теория, практика	1	Работа со специальным туристским снаряжением.	Наблюдение

				1	Оказание первой помощи условно пострадавшему	
90	Июль	26	Практика	1	Обязанности в группе	Наблюдение
				1	ОФП	

Приложение 2

По окончании первого года обучения предполагается, что обучающиеся должны овладеть азами знаний, умений по ориентированию на местности, краеведению, основам туризма, первой помощи и личной гигиене туриста-спортсмена, соблюдению элементарных правил безопасности жизнедеятельности, организации туристского быта в полевых условиях и самообслуживания, основами здорового образа жизни и закаливания организма, ознакомиться с историей возникновения и развития детско-юношеского туризма в стране и в регионе, а также принять участие в соревнованиях по спортивному ориентированию и спортивному туризму.

Основные критерии оценки. Результат по программе «Спортивный туризм» можно будет считать положительными если:

- будет сформирован постоянный контингент учащихся и педагогов, активно занимающихся молодежным туризмом;
- проведена инвентаризации материально-технического оборудования;
- созданы теоретические и практические предпосылки для реализации второго, стабилизационного, этапа программы.

В первый год создаются условия для активной социальной адаптации обучающихся в объединении, предполагается формирование коллектива. Значительное внимание уделяется игровым формам проведения занятий.

В течение года обучающиеся должны принять ознакомительное участие в соревнованиях муниципального уровня по спортивному ориентированию в своих возрастных группах, в соревнованиях по лыжному и пешеходному туризму на дистанциях 1, 2 класса сложности, возможно, выполнить нормативы юношеских разрядов по спортивному туризму и ориентированию.

Обучающиеся должны ориентироваться в нормативных документах, регламентирующих деятельность спортивного туризма и спортивного ориентирования.

Кроме того, обучающиеся должны ознакомиться с туристскими возможностями родного края, узнать о выдающихся российских туристах-спортсменах.

Обучающиеся должны потенциально вести активную общественно-полезную деятельность: оказывать помощь в планировании тренировочных дистанций, расчете и подготовке снаряжения для организации учебного процесса.

Важным фактором является высокая степень совершенства специализированных восприятий - чувство развиваемых усилий, предельная концентрация внимания, замедленное течение времени, быстрота мышления и т.п. Все это способствует не только достижению высокого спортивного результата, но и дальнейшему развитию сильной личности в обучающихся.