

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 332
Невского района Санкт-Петербурга

Принята
Педагогическим советом
ГБОУ школы № 332
Протокол № 6 от 05.12.2023

Утверждена
Приказ №442 от 06.12.2023
Директор школы
С. И. Красюк



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Если хочешь стать туристом»

Срок освоения: 6дней
Возраст обучающихся: 12-16 лет

Разработчик: Образцова Анна Александровна
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Если хочешь стать туристом» имеет туристско-краеведческую направленность.

Адресат программы: данная программа составлена для обучающихся 12-16 лет общеобразовательной школы, которые имеют способности и интерес к туристско-краеведческой деятельности.

Актуальность реализации: основывается на запросах детей и родителей, удовлетворении их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формировании культуры здорового и безопасного образа жизни, укреплении здоровья, а также на организацию их свободного времени. Приобретение туристских навыков является необходимым условием подготовки к самостоятельной взрослой жизни, полученные знания и навыки позволят детям участвовать в конкурсах и соревнованиях.

Отличительная особенность состоит в том, что программа носит практикоориентированный характер. Занятия проходят в рамках мероприятий нестационарного отдыха или отдыха в природной среде.

Уровень освоения программы – общекультурный

Объем программы: 12 часов

Срок освоения программы: 6 дней

Цель: социализация и личностный рост подростка, овладение им комплексом знаний, умений, навыков начальной туристской подготовки.

Задачи:

Обучающие:

- Обучить основам техники пешеходного туризма;
- Научить организации быта в походах, экспедициях;
- Сформировать и расширить знания по ориентированию на местности.

Развивающие:

- Развивать физические данные;
- Развивать практические умения и навыки преодоления естественных препятствий;
- Развивать внимание, наблюдение, исследовательские способности обучающихся в природной среде.

Воспитательные

- Воспитывать бережное отношение к природе;
- Способствовать воспитанию чувства ответственности за свои поступки;
- Способствовать развитию товарищества;
- Приобщить к здоровому образу жизни.

Планируемые результаты освоения программы:

Предметные:

- Научаться основам техники пешеходного туризма;
- Научаться организации быта в походах, экспедициях;
- Расширят знания по ориентированию на местности.

Метапредметные:

- Разовьют физические данные;
- Получат практические умения и навыки преодоления естественных препятствий;
- Получат возможность развить внимание, наблюдение, исследовательские способности в природной среде.

Личностные:

- Будет воспитано бережное отношение к природе;
- Будет воспитано чувство ответственности за свои поступки;
- Будет развито чувство товарищества;
- Приобщить к здоровому образу жизни.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации программы: русский

Форма обучения: очная

Особенности реализации программы:

- Краткосрочная программа.
- Предусмотрена реализация программы в каникулярный период.
- Занятия проходят в рамках мероприятий нестационарного отдыха или отдыха в природной среде.

Условия набора и формирования групп

Условия набора детей:

В группу принимаются все желающие заниматься по данной программе, которые имеют способности и интерес к изучению туристской деятельности.

Наполняемость учебной группы: 15 человек, возраст 12-16 лет;

Формы организации занятий

Ведущей формой организации обучения является групповая, но необходимой является и индивидуальная работа, особенно, при выполнении практических творческих работ. Обучение с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. могут быть использованы аудиторные и внеаудиторные формы организации обучения.

Формы проведения занятий

Занятие может быть построено традиционно. Могут быть использованы и другие формы проведения, такие как: игра, конкурс, лекция, мастер-класс, олимпиада, поход, праздник, презентация, соревнование, тренинг, турнир, экскурсия, экспедиция.

Формы организации деятельности учащихся на занятии

- фронтальная: работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, показ, объяснение);
- групповая: организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь)
- в малых группах, в том числе в парах, для выполнения определенных задач; задание выполняется таким образом, чтобы был виден вклад каждого учащегося (группы могут выполнять одинаковые или разные задания, состав группы может меняться в зависимости от цели деятельности);
- коллективная: организация проблемно-поискового или творческого взаимодействия между всеми детьми одновременно;
- индивидуальная: организуется для работы с одаренными детьми.

Материально-техническое оснащение

- Палатки-15шт.
- Спальники-15шт.
- Пенки-15 шт.
- Компасы-15 шт.
- Веревки – 10 шт;
- Карабины – 20 шт;
- Страховочные системы – 15 шт;
- Спусковые устройства (восьмерка) – 15 шт;
- Каски – 10 шт;
- Конусы – 10 шт.
- Жумарты-5 шт.

Учебный план

№ п/п	Название раздела/темы	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие. Основы знаний.	0,5	0,5	1	Беседа, анкета
2	Туристско-бытовые навыки юного туриста	1	2	3	Беседа, устный опрос, тестирование, викторина.
3	Основы топографии	1	1	2	Беседа, тестирование, викторина.
4	Основы туристского и экскурсионного ориентирования	1	2	3	Беседа, тестирование, викторина.
5	Личная гигиена и первая доврачебная помощь	1	1	2	Беседа, тестирование, викторина.
6	Итоговое занятие	0	1	1	Соревнования по спортивному ориентированию
Итого		4,5	7,5	12	-

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №332
НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
ГБОУ школы № 332
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 6 от 05.12.2023

УТВЕРЖДЕНО
Приказом от 06.12.2023, № 442
Директор ГБОУ Школы № 332
Невского района Санкт – Петербурга
С.И. Красюк



**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ**

«Если хочешь стать туристом»

Год обучения 2023/2024

Разработчик: Образцова Анна Александровна,
Педагог дополнительного образования

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество во дней	Количество учебных часов	Режим занятий
-	30.10.2023	4.11.2023	1 неделя	6 дней	12	1 раз в неделю по 2 часа 1 час=45 мин

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №332
НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
ГБОУ школы № 332
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 6 от 05.12.2023

УТВЕРЖДЕНО
Приказом от 06.12.2023, № 442
Директор ГБОУ Школы № 332
Невского района Санкт – Петербурга
С.И. Красюк



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ**

«Если хочешь стать туристом»

Разработчик: Образцова Анна Александровна,
педагог дополнительного образования

Задачи:**Обучающие:**

- Обучить основам техники пешеходного туризма;
- Научить организации быта в походах, экспедициях;
- Сформировать и расширить знания по ориентированию на местности.

Развивающие:

- Развивать физические данные;
- Развивать практические умения и навыки преодоления естественных препятствий;
- Развивать внимание, наблюдение, исследовательские способности обучающихся в природной среде.

Воспитательные

- Воспитывать бережное отношение к природе;
- Способствовать воспитанию чувства ответственности за свои поступки;
- Способствовать развитию товарищества;
- Приобщить к здоровому образу жизни.

Планируемые результаты освоения программы:**Предметные:**

- Научаться основам техники пешеходного туризма;
- Научаться организации быта в походах, экспедициях;
- Расширять знания по ориентированию на местности.

Метапредметные:

- Разовьют физические данные;
- Получат практические умения и навыки преодоления естественных препятствий;
- Получат возможность развить внимание, наблюдение, исследовательские способности в природной среде.

Личностные:

- Будет воспитано бережное отношение к природе;
- Будет воспитано чувство ответственности за свои поступки;
- Будет развито чувство товарищества;
- Будет приобщён к здоровому образу жизни.

Содержание программы

Раздел (тема):	Содержание:
Вводное занятие. Основы знаний.	<p>Теория: Знакомство с группой. Уточнение целей и задач, которые поставлены перед группой.</p> <p>Туризм, как средство физического совершенствования, познания окружающего мира. Известные путешественники. Путешествия и приключения. Виды туризма. Преимущества самостоятельного туризма. Деятельность, сопутствующая туризму: фотография, песня, скалолазание и т.д.</p> <p>Практика: Заполнение анкеты</p>
Туристско-бытовые навыки юного туриста	<p>Теория: Распорядок дня, график движения, организация привалов. Правила движения в группе. Что относится к туристскому снаряжению. Деление на групповое и личное снаряжение. Требования к личному и групповому снаряжению.</p> <p>Практика: Выбор места бивуака. Как разжигать костер. Виды дров, как собирать, искать дрова. Как правильно заготавливать дрова. Правила пилки и рубки дров.</p> <p>Рациональное и нерациональное использование природы. Ранимость экосистемы. Правила взаимоотношений человека с живой природой. Составление перечня личного и группового снаряжения для конкретного похода. Укладка рюкзака, подгонка рюкзака по фигуре туриста. Упаковка снаряжения перед походом. Игры по командам: «Подготовьте группу к походу» – на составление перечня снаряжения на конкретный поход. Игры на правильную укладку рюкзака «У кого гремит рюкзак...», игры среди детей на лучший ремонт снаряжения (поставить красивую заплатку, пришить пуговицу).</p>
Основы топографии	<p>Теория: Азы ориентирования в походе. Топографическая карта. Компас. Виды карт. Топографическая карта местности, где будет проходить поход. Компас, его структура и основные моменты использования.</p> <p>Практика: Изучение маршрута, нанесение на карту, подсчет километража.</p>
Основы туристского и экскурсионного ориентирования	<p>Теория: Подготовка к путешествию. Изучение района путешествия.</p> <p>Разработка и изучение маршрута. Подбор картографического материала. Географические особенности и туристские возможности Ленинградской области.</p> <p>Практика: Работа коллективная и индивидуальная по походным должностям. Изучение картографического материала, прочей информации о районе путешествия. Подготовка снаряжения, продуктов.</p>

Личная гигиена и первая доврачебная помощь	<p>Теория: Техника безопасности в походе. Гигиена туриста. Гигиенические требования к одежде, обуви, личной посуде. Содержание индивидуальной аптечки. Основы первой доврачебной помощи. Самоконтроль. Причины травм и их предупреждение. Особенности походов зимой, летом, в межсезонье.</p> <p>Действия группы и отдельного участника в аварийной ситуации. Что делать, если потерялся. Правила пожарной безопасности в лесу. Безопасность у водоемов.</p> <p>Практика. Изучение инструкций, тестирование на знание инструкций по технике безопасности, просмотр видеофильмов, устный опрос, практические задания по оказанию доврачебной помощи. Квест игра «Следопыт»</p>
Итоговое занятие	<p>Обсуждение итогов похода, отчеты ответственных по участкам работы. Обработка собранных материалов. Выполнение творческих заданий.</p> <p>Практика. Соревнование по ориентированию.</p>

**Календарно-тематический план
«Если хочешь стать туристом»**

	Наименование тем занятий	Количество часов		Дата занятий	
		теория	практика	план	факт
1	Вводное занятие	0,5	0,5		
2	Туристско-бытовые навыки юного туриста	1	0		
3	Организация туристского быта. Работа в походе	0	1		
4	Организация туристского быта. Работа в походе	0	1		
5	Азы ориентирования в походе. Топографическая карта. Компас.	1	0		
6	Работа с картой и компасом.	0	1		
7	Подготовка к путешествию. Изучение района путешествия.	1	0		
8	Разработка и изучение маршрута. Подбор картографического материала	0	1		
9	Краеведческая работа в походе.	0	1		
10	Гигиена туриста. Основы первой доврачебной помощи. Самоконтроль.	1	0		
11	Предупреждение травм. Действия группы и отдельного участника в аварийной ситуации	0	1		
12	Итоговое занятие	0	1		
	Итого: 12 часов	4,5	8,5		

Методические и оценочные материалы

Методические материалы

№	Тема программы (раздел)	Форма организации занятия	Методы и приемы	Дидактический материал, техническое оснащение	Формы подведения итогов
1	Вводное занятие	Лекция, беседа	Презентация	Учебные пособия. Фотографии, карты.	Беседа, анкетирование
2	Туристско-бытовые навыки юного туриста	Лекция, беседа	Презентация	Учебные пособия. (плакаты, карточки)	Устный опрос, беседа
3	Организация туристского быта. Работа в походе.	Учебное занятие	Кейс-метод	Учебные пособия. (плакаты, карточки) Туристическое снаряжение	Беседа, тестирование, викторина, игры
4	Организация туристского быта. Работа в походе	Мастер-класс	Практическая работа	Учебные пособия. (плакаты, карточки) Туристическое снаряжение	Беседа, тестирование, викторина, игры
5	Азы ориентирования в походе. Топографическая карта. Компас.	Учебное занятие	Кейс-метод	Учебные пособия. (плакаты, карты) Туристическое снаряжение. Компас	Беседа, тестирование, викторина, игры
6	Работа с картой и компасом.	Мастер-класс	Практическая работа	Учебные пособия. (плакаты, карты) Туристическое снаряжение. Компас	Беседа, тестирование, викторина, игры
7	Подготовка к путешествию. Изучение района путешествия.	Учебное занятие	Практическая работа	Учебные пособия. (плакаты, карты) Туристическое снаряжение. Компас	Беседа, тестирование, викторина, игры
8	Разработка и изучение маршрута. Подбор картографического материала	Мастер-класс	Практическая работа	Учебные пособия. (плакаты, карты) Туристическое снаряжение. Компас	Беседа, тестирование, викторина, игры
9	Краеведческая работа в походе.	Учебное занятие	Практическая работа	Учебные пособия. (плакаты, карты)	Беседа, тестирование,

				Туристическое снаряжение. Компас	викторина, игры
10	Гигиена туриста. Основы первой доврачебной помощи. Самоконтроль.	Учебное занятие	Практическая работа	Учебные пособия. (плакаты, карточки) Туристическое снаряжение. Аптечка.	Беседа, тестирование, викторина, игры
11	Предупреждение травм. Действия группы и отдельного участника в аварийной ситуации	Учебное занятие	Кейс-метод	Учебные пособия. (плакаты, карточки) Туристическое снаряжение. Аптечка.	Беседа, тестирование, викторина, игры
12	Итоговое занятие	Учебное занятие	Соревнование	Туристическое снаряжение, компас, аптечка	Контрольное испытание

Список используемой литературы:

Для педагогов:

1. Аппенянский А.И. Методика врачебно-педагогического контроля в туризме. М.: ЦРИБ «Турист», 1990.
2. Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. М.: ЦРИБ «Турист», 1988.
3. Кодыш Э.Н., Константинов Ю.С., Кузнецов Ю.А. Туристские слеты и соревнования. – М.: Профиздат, 1984.
4. Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма. – М.: ЦДЮТК МО РФ, 2002.
5. Лукоянов П.И. Безопасность в лыжных походах и чрезвычайных ситуациях зимних условий. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1998.
6. Русский турист: Нормативные акты по спортивно-оздоровительному туризму в России на 1998-2000гг. Вып.2.-М., 1998.
7. Садакова Л.Г. Руководство развитием самостоятельности школьников в клубных объединениях. – Киров, 1993.
8. Сборник официальных документов по детско-юношескому туризму, краеведению и летнему отдыху детей. /Сост. Ю.С. Константинов. – М.: 1995.
9. Соловьев А.В. Обеспечение безопасности в туристских походах. Метод рекомендации. Челябинск, 1983.
10. Энциклопедия туриста. – М.: Большая российская энциклопедия, 1993.
11. Безопасность в туризме: учебно-методическое пособие / сост. С. Ю. Махов. – Орел : МАБИВ, 2020. – 118 с.

Литература для учащихся:

1. Берман А.Е. Путешествие на лыжах. – М.: «ФиС», 1968.
2. Григорьев В.Н., Штовба Ю.К. Сложные походы на байдарках. – М.: «ФиС», 1971.
3. Иванов Е.И. Начальная подготовка ориентировщика. – М.: «ФиС», 1985.
4. Карманный справочник туриста. Изд. Третье. – М.: Профиздат 1985.

5. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. – М.: «ФиС», 1990.
6. Питание в туристском путешествии. Мир туристских интересов. – М.: Профиздат, 1986.
7. Самодельное туристское снаряжение. – М.: «ФиС», 1987. Иванов, А. А.
8. История российского туризма (IX-XX вв.) : учебное пособие / А.А. Иванов. – Москва : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2020. – 320 с.

Оценочные материалы

Для отслеживания результативности по программе проводятся: входной, текущий, итоговый контроль.

Входной контроль проводится при наборе или на начальном этапе формирования коллектива. Формами проведения могут являться:

- собеседование, анкетирование (Приложение №1)

Текущий контроль проводится ежедневно.

Формами проведения могут являться:

- беседа, викторина, тест, дневник педагогических наблюдений (Приложение №4)

Итоговый контроль проводится в конце учебного периода.

Формами проведения могут являться:

- анкетирование (Приложение №2)
- мониторинг результативности освоения программы (Приложение № 3)
- соревнование

Задачи	Результаты (диагностические показатели)	Формы и средства выявления и фиксации результатов (диагностические методы)	Формы и средства предъявления результатов	Периодичность диагностики
<i>Обучающие:</i>	<i>Предметные:</i>			
- Обучить основам техники пешеходного туризма;	- Научаться основам техники пешеходного туризма;	Тестирование. Педагогическое наблюдение. Практическое задание.	Бланки тестовых заданий. Дневник педагогического наблюдения. Грамота, отчёт, проект.	Текущий и итоговый контроль
- Научить организации быта в походах, экспедициях;	- Научаться организации быта в походах, экспедициях;	Тестирование. Педагогическое наблюдение. Практическое задание.	Бланки тестовых заданий. Дневник педагогического наблюдения Грамота, отчёт, проект.	
- Сформировать и расширить знания по ориентированию на местности.	- Расширят знания по ориентированию на местности.	Тестирование. Педагогическое наблюдение. Практическое задание.	Бланки тестовых заданий. Дневник педагогического наблюдения. Грамота, отчёт, проект.	

Развивающие:	<i>Метапредметные:</i>			
- Развивать физические данные;	- Разовьют физические данные;	Соревнования. Педагогическое наблюдения.	Отчёт. Дневник педагогического наблюдения.	Текущий и итоговый контроль
- Развивать практические умения и навыки преодоления естественных препятствий;	- Получат практические умения и навыки преодоления естественных препятствий;	Соревнования. Педагогическое наблюдение. Практическое задание.	Отчёт Дневник педагогического наблюдения. Отчёт.	
- Развивать внимание, наблюдение, исследовательские способности обучающихся в природной среде.	- Получат возможность развить внимание, наблюдение, исследовательские способности в природной среде.	Педагогическое наблюдение. Практическое задание.	Дневник педагогического наблюдения. Проект. Отчёт о походе	
Воспитательные:	<i>Личностные:</i>			
- Воспитывать бережное отношение к природе;	- Будет воспитано бережное отношение к природе;	Педагогическое наблюдение.	Дневник педагогического наблюдения	Входной, текущий и итоговый контроль
- Способствовать воспитанию чувства ответственности и за свои поступки;	- Будет воспитано чувство ответственности за свои поступки;	Педагогическое наблюдение.	Дневник педагогического наблюдения	
- Способствовать развитию товарищества;	- Будет развито чувство товарищества;	Педагогическое наблюдение. Анкетирование.	Дневник педагогического наблюдения Анкета.	
- Приобщить к здоровому образу жизни.	- Будет приобщён к здоровому образу жизни.	Соревнования. Педагогическое наблюдение.	Отчёт Дневник педагогического наблюдения.	

Анкета участника похода

Привет, дорогой Друг!

Для того чтобы сделать жизнь в нашем походе более интересной, мы просим тебя ответить на некоторые вопросы:

- Твои первые впечатления от похода? _____
- Что ты ждешь от похода? _____
- Есть ли у тебя идеи, как сделать жизнь в нашем походе интересной для всех? _____
- В каких делах ты хочешь участвовать? _____
- Что тебе нравится делать? _____
- Хочешь ли ты чему-нибудь научиться или научить других? _____

Анкета участника похода

Привет, дорогой Друг!

Вот и закончился наш поход! Поделись своими впечатлениями.

- Что тебе понравилось в походе? _____
- Что тебе не понравилось в походе? _____
- В каких делах ты участвовал? _____
- Чему ты научился? _____
- Чему ты смог научить других? _____

КАРТА ПЕДАГОГИЧЕСКОГО МОНИТОРИНГА

Педагог _____ дополнительная общеразвивающая программа " _____ "
 _____ период обучения, группа № _____

Критерии определения результативности.

№ п/п	ФИО обучающего	Предметные результаты обучаемости по программе				Метапредметные результаты обучаемости по программе				Результаты личностного развития детей в процессе освоения программы					Уровень освоения программы учащимся
		Научатся основам техники пешеходного туризма;	Научатся организации быта в походах, экспедициях;	Расширят знания по ориентированию на местности.	Итогов ый балл	-Разовьют физические данные	Получат практические умения и навыки преодоления естественныхпрепятствий;	Получат возможность развить внимание, наблюдение, исследовательские способности в природной среде.	Итогов ый балл	Будет воспитано бережное отношение к природе;	Будет воспитано чувствоответственности за свои поступки;	Будет развито чувство товарищества;	Будет приобщён к здоровому образу жизни.	Итогов ый балл	
		итоговый контроль													
1															
2															
...															
15															
ИТОГО															

Итоги диагностики итогового контроля педагог заносит в Ведомость, используя следующую шкалу:

Планируемые результаты (предметные, метапредметные, личностные)	Качественная оценка достижений	Обозначение	Критерии результативности
Результат 1 Результат 2 Результат 3	Высокий уровень	В	Высокая степень развития навыков/способностей/качеств, при которых учащийся способен применять их в нестандартных ситуациях.
	Выше среднего уровень	ВС	Учащийся освоил навык, развил способности, приобрел качества и эффективно их применяет в стандартных, типовых ситуациях
	Средний уровень	С	Учащийся находится в процессе освоения данных навыков/приобретения способностей/ качеств и может применять их на практике
	Низкий уровень	Н	Учащийся слабо владеет навыками/не стремится развить способности/ усовершенствовать качества, ему сложно применять их на практике

Вывод _____

Дневник педагогических наблюдений

Дата _____

Список детей	Познавательный интерес	Участие в трудовой деятельности	Взаимодействие в коллективе