


Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Детско-юношеская спортивная школа»

**УТВЕРЖДЕНО:**

На педагогическом совете МБУДО  
«ДЮСШ» Протокол №1 от 30.08.2022  
Председатель  В.В. Мальцев



**КРАТКОСРОЧНАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Если хочешь стать туристом»**

возраст детей – 7-17 лет.  
продолжительность: 2 часа

Разработчик:

Колчанова Ольга Сергеевна,  
методист МБУДО «ДЮСШ»

## РАЗДЕЛ №1 «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ»

### Пояснительная записка

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.

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 туристических походах дает возможность ребенку проявить свои способности и помочь при этом своим друзьям.

Дополнительная общеразвивающая программа «Если хочешь стать туристом» разработана в соответствии с «Законом об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г.), Концепцией развития дополнительного образования детей, с «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (пр. Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. №1008), **Письмом Минобрнауки РФ от 18 ноября 2015 г. N 09-3242**, с учётом норм СанПиНа 2.4.4.3172-14(от 04.07.2014 №41) и имеет **туристско–краеведческую направленность**, направление – туризм. И предназначена для детей младшего, среднего и старшего возраста стоящих перед выбором, чем занять свой досуг.

**Актуальность программы** в том, что туристическое объединение является эффективным средством оздоровления и профилактики заболеваний. Ребята осваивают начальные туристические навыки.

Новизна программы в том, что занятия построены так, что за короткий промежуток времени обучающиеся получают необходимые умения и навыки и укрепляют их на практике во время похода.

Общеразвивающая программа **педагогически целесообразна**, т.к. при ее реализации создаются условия для оздоровления, развития личности ребенка, его творческой самореализации; обеспечения эмоционального благополучия детей; профилактики асоциального поведения.

**Отличительная особенность программы** заключается, прежде всего, в ее комплексности и компактности, которые позволяют привить интерес к туризму. Предполагается дальнейшее обучение в туристско-краеведческом объединении в течение учебного года.

**Адресат программы.** Дети в возрасте 7-17 лет.

**Объём и срок освоения программы.** Краткосрочная дополнительная общеразвивающая программа «Если хочешь стать туристом» рассчитана на 2 часа.

#### **Формы обучения.**

Очная. Занятие проходит в форме похода, в ходе которого ребята учатся ставить туристическую палатку, разводить костер, передвигаться по навесной переправе, определять азимут и некоторым другим туристическим навыкам.

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

## Цель и задачи программы

**Цель программы** – овладение комплексом знаний, умений, навыков начальной туристско-краеведческой подготовки

### Задачи:

личностные:

- формирование общественной активности обучающихся;
- формирование навыков здорового образа жизни;
- формирование прочных межличностных отношений в коллективе: воспитание чувства коллективизма, взаимовыручки и товарищеской поддержки.

метапредметные:

- развитие мотивации к изучению навыков пешеходного туризма
- развитие потребности обучающихся в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, активности, аккуратности.

образовательные:

- формирование понятия о туризме и элементах ориентирования;
- формирование знаний, умений и навыков, необходимых для участия в проведении пешеходных походов;
- активное знакомство с окружающей природой и социальной средой;

## Содержание программы

### Учебный план краткосрочной дополнительной общеразвивающей программы «Если хочешь стать туристом»

№ п/п	Тема	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Формы аттестации
1.	Учебный поход				Итоговый зачёт.
	<b>ИТОГО:</b>	<b>2</b>	<b>0,5</b>	<b>1,5</b>	

### Содержание учебного плана краткосрочной дополнительной общеразвивающей программы «Если хочешь стать туристом»

**Теоретические занятия:** Туристская полоса препятствий. Вязка узлов, установка и разборка палатки, маятниковая переправа, подъем, траверс, спуск по перилам. Параллельная переправа, навесная переправа, преодоление болота по кочкам, переправа вброд по перилам. Определение азимута

**Практические занятия:** Учебный поход

#### 1.1. Планируемые результаты

Планируемые результаты освоения программы:

Личностные:

- принятие принципов здорового образа жизни;
- стремление к позитивному общению друг с другом;
- формирование экологической грамотности: бережного и грамотного
- формирование таких качеств как дисциплинированность и активность,
- взаимопомощь, взаимовыручка;

- любовь к малой Родине.

Метапредметные:

- Умение выполнять правила личной гигиены;
- умение работать в команде;
- умение организовывать свою деятельность.

Предметные:

- представление об основах туризма;
- владение правилами техники безопасности, организации быта в походах;
- умение ориентироваться по компасу, часам, местным предметам;
- умение одеваться, обуваться и снаряжаться для походов в зависимости от сезона и способа передвижения, укладывать рюкзак;
- умение разжигать костер, приготовление пищи на костре, оказание первой доврачебной помощи

## **РАЗДЕЛ №2 «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»**

### **Материально-техническое обеспечение**

- помещение: кабинет, оборудованный для теоретических и практических занятий столами, стульями, общим освещением, шкафами для дидактического и раздаточного материалов.
- спортплощадка, лесной массив
- специальная одежда обучающегося (спортивная одежда и обувь).
- оборудование: палатки 2-ух местные – 5 шт., рюкзаки – 20 шт., тренога – 2 шт., компас – 19 шт., секундомер – 1 шт., шагомер – 1 шт., верёвка (диаметр 20 мм) – 20 м, (диаметр 5 мм) – 950 м.

### **Информационное обеспечение**

Для успешной реализации программы используются: мультимедийный проектор, экран, ноутбук с выходом в Интернет.

### **Кадровое обеспечение**

Реализацию краткосрочной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы осуществляют педагоги дополнительного образования МБУДО «ДЮСШ» по виду спорта «Спортивный туризм»

### **Методические материалы дополнительной общеразвивающей программы «Если хочешь стать туристом»**

Программа разработана с учетом технологии личностно-ориентированного, развивающего обучения. В ее основу положены **принципы:**

- доступности – при изложении материала учитываются возрастные особенности детей, уровень их подготовленности, степень сформированности коллектива;
- наглядности – на занятиях используется много демонстрационного материала;
- сознательности и активности – для активизации деятельности детей необходимо пробудить в них интерес к обучению, определить мотивы для получения знаний.

## Список литературы

### Для педагога:

1. Бардин Г.З. Азбука туризма: (О технике пешеходных путешествий): Учебное пособие М. Просвещение, 1991. - 203с
2. Ганопольский В.И. Уроки туризма: Учебное пособие.- Мн., 2002. - 216 с
3. Гусев Э.Д. По туристским маршрутам. М., Знание, 1991. - 64.
4. Клименко А. И. Карта и компас - мои друзья. М., Детская литература, 2005 -143
5. Константинов Ю.С., Орлова С.В. Педагогика сотрудничества и детско-юношеский туризм.// Внешкольник. №6. 2003 - 24
6. Куприн А. М. Занимательно об ориентировании. Изд-во ДОСААФ, 2002 - 96
7. Лесогор Н. А., Толстой Л. А., Толстая В. В. Питание туристов в походе. М., Пищевая промышленность, 2008 - 161
8. Смирнов Д.В. Технология дополнительного образования детей в туристской самодеятельности.// Дополнительное образование. №4. 2003 - 32
9. Федорова Н.Ф. Роль краеведения в системе воспитательной работы учреждений дополнительного образования.// Бюллетень. №2. 2002 - 36

### Для обучающихся:

1. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. Пешеходный туризм. М.: Физкультура и спорт, 1990 - 126
2. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. М. ЦДЮТиК МО РФ ISBN.2001 г. - 72 с
7. Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов. М. Профиздат, 2003 – 224