Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования

«Центр детско-юношеского туризма и патриотического воспитания»

(МБУДО «ЦДЮТиПВ»)

Подписано цифровой подписью: Степанов Андрей Витальевич
Дата: 2021.12.09 11:48:38 +03'00'

СОГЛАСОВАНО:	УТВЕРЖДАЮ:
Протокол заседания	Директор МБУДО «ЦДЮТиПВ»
методического совета	Степанов А.В. _____
№ 9 от 30.08.2021	приказ № 82-а от 01.09.2021

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

на 2021 – 2022 учебный год

к дополнительной общеразвивающей программе

«Пешеходный туризм»

Форма реализации программы – очная;

Год обучения – 4-ый год обучения;

Номер группы –2

Возраст обучающихся – 11-15 лет.

Разработала: **Рахманина Н.В.**

педагог дополнительного образования

ФИО педагога, разработавшего дополнительную общеразвивающую программу: **Рахманина Наталья Васильевна**

ФИО педагога, реализующего дополнительную общеразвивающую программу: **Рахманина Наталья Васильевна**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность дополнительной общеразвивающей программы	Туристско-краеведческая
Вид дополнительной общеразвивающей программы	модифицированная
Уровень дополнительной общеразвивающей программы	основное общее образование
Особенности обучения в текущем учебном году по дополнительной общеразвивающей программе: особенности реализации, содержания, подготовка к соревнованиям «Школа безопасности», знаменательным датам, юбилеям детского объединения, учреждения, реализация тематических программ, проектов, причин замены тем по сравнению с дополнительной общеразвивающей программой и т.д.). Изменения, необходимые для обучения в текуще учебном году и их обоснование (информация об изменении содержательной части дополнительной общеразвивающей программы,	В текущем году практический материал, взятый мною, может варьироваться с учетом условий его использования. Учебный материал концентрируется вокруг разделов, каждый из которых включает в себя доступный и интересный по своему содержанию материал. И главное, на что я нацелен в этом году - это приобщение к туристской деятельности и приобретению навыков юного туриста, навыков самостоятельной деятельности и самовыражению всех детей — не только способных и одаренных, но и тех, которым нужно помочь обрести чувство уверенности в своих силах путем подбора для них таких занятий, в которых проявятся скрытые возможности ребенка, его "изюминка" и индивидуальность, а слабые стороны, наоборот, будут завуалированы. При занятии детей в объединении буду обращать особое внимание на наличие желания заниматься туризмом, а также проводить проверку профессиональных спортивных данных детей. Особенность обучения в текущем году заключается в поиске новых импровизационных туристских форм.
Особенности организации образовательной	При разработке программного материала для

деятельности по дополнительной общеразвивающей программе с указанием: - количества учебных часов по программе; - количества учебных часов согласно расписанию; - информации об изменении сроков и/или времени изучения отдельных тематических блоков (разделов) с указанием причин и целесообразности изменений, описание резервов, за счет которых они будут реализованы.	занятий использовались санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке для детей школьного возраста в организованных формах обучения». Количество учебных часов по программе четвертого года обучения составляет 216 часов. В рабочие дни, совпадающие с праздничны календарными праздниками, а именно Новогод праздники, 8 Марта, 23 Февраля, майские праздни происходит уплотнение часов по следующим раздел «Подготовка и проведение походов».
Задачи на текущий учебный год для объединения «Пешеходный туризм»	***Задачи:*** *Оздоровительные* - охрана и укрепление физического и психического здоровья детей; - совершенствование функций организма, повышение его защитных свойств и устойчивости к различным заболеваниям; - формирование и укрепление всех групп мышц *Образовательные:* *научить* - ориентироваться по местным предметам и компасу; - преодолевать препятствия туристской дистанции; - применять и вязать основные туристские узлы; - оказать первую доврачебную помощи; - выполнять различные физические упражнения; - соблюдать технику безопасности при организации быта в походах и экспедициях; *познакомить:*

	- с разнообразными практическими навыками по основам туризма, ориентирования; - с жизненно важными умениями и навыками, необходимыми для поведения в экстремальных ситуациях; *привить:* - стремление к активному и содержательному проведению свободного времени; - устойчивый интерес к занятиям туризмом; *сформировать:* - основные туристские навыки; - навыки работы в команде; -умения грамотно подходить к решению возникающих проблем, как в обычной жизни, так и при возникновении непредвиденных ситуаций; -развитие познавательных, физических, нравственных способностей учащихся; *Воспитательные*: *воспитать* - чувство коллективизма, взаимопомощи и ответственности; -волевые качества: целеустремленность, настойчивость, инициативу; - потребность в здоровом образе жизни; - ответственность за свою деятельность *Развивающие:* *развить* - личностный потенциал ребенка;

	- стремление к правильному физическому развитию учащихся; - уровень социального и профессионального самоопределения творческой самореализации личности; - коммуникативную компетентность в общении Исходя из поставленных целей и задач, спрогнозированных результатов обучения, разработаны следующие формы отслеживания результативности данной общеразвивающей программы: педагогические собеседования и наблюдения, участие в соревнованиях, использование методов специальной диагностики, тестирования; беседы с детьми и их родителями
Режим занятий в текущем учебном году (указать продолжительность и количество занятий в неделю со всеми вариантами и обоснованием выбора варианта, продолжительность учебного часа, если она отличается от академического часа)	Режим занятий: два раза в неделю – 2 и 4 часа. Общее количество учебных занятий в год – 216 часов. Между занятиями предусмотрены 15-минутные перемены.
Формы занятий и их сочетание (пояснить, чем обусловлен выбор конкретных форм учебных занятий	Формой осуществления образовательного процесса является учебная группа, с постоянным составом, составленная по возрастному принципу (дети от 11 до 15 лет). В содержание занятий включаются следующие формы работы: работа в группах, самостоятельная работа, и такие виды деятельности как, познавательная, исполнительская, творческая, интеллектуальная. Каждое занятие проводится по единой лексической теме. Обязательными условиями проведения занятий являются: – смена видов деятельности; – положительная оценка личных достижений каждого обучающегося.

Ожидаемые результаты и способы их оценки в текущем учебном году, результаты и способы измерения результатов для текущего года обучения, форма проведения промежуточной и итоговой аттестации	Ожидаемые результаты в текущем учебном году : **К концу четвертого года обучения дети должны знать:** **Иметь представление:** - о планах, целях и задачах на новый учебный год; - об истории развития туристско-краеведческого движения в России; - об историческом краеведении, его основных источниках, поисково-исследовательском характере; - о фондах и экспозициях музеев, как источнике изучения родного края; - о древнейшей истории края, об истории края в период XIV – XX вв.; - о задачах, организации, судейской коллегии, участниках туристских слетов и соревнований, медицинском обеспечении, видов туристских соревнований, особенностях их проведения, мерах безопасности; По окончании четвертого года обучения учащиеся должны **знать:** 1. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках. 2. Способы измерения расстояний на местности и на карте. 3. Правила и виды туристских соревнований. 4. Охрану природы. Должны **уметь:** 1. Ориентироваться в заданном направлении.

	2. Проходить дистанцию 2 класса на туристских соревнованиях. 3. Вязать узлы: простой и усложнённый проводник, восьмерка, грейпвайн, косой схватывающий, палаточный, ткацкий, двойной штык. 4. Оказывать первую доврачебную помощь **Будут воспитаны следующие качества:** - чувство коллективизма, взаимопомощи и ответственности; - потребность в здоровом образе жизни; - уважение к педагогу; **Будут сформированы:** - основные навыки работы в команде; - основные туристские навыки; - навыки культуры поведения; **Будут развиты:** - стремление к правильному физическому развитию; - навыки работы с туристским снаряжением; - коммуникативная компетентность в общении со сверстниками и педагогом; Результаты контроля могут быть основанием для корректировки программы и поощрения обучающихся. ***Формы подведения итогов реализации образовательной программы***: соревнования, походы выходного дня, открытое занятие для родителей и др. После изучения каждой темы и в конце полугодий проводится промежуточная или итоговая аттестация учащихся с использованием критериев оценки знаний, умений, навыков. Контроль знаний и умений учащихся проводится по результатам диагностики 2 раза в год. Также для

	подведения результатов работы проводятся в середине и конце учебного года открытые занятия и мероприятия для родителей.

Приложение 1

Календарный учебный график

Объединение «Пешеходный туризм»

2021-2022 учебный год

Педагог **Рахманина Наталья Васильевна**

Группа № 2 (четвертый год обучения)

Пятница 17.55 - 19.35 Воскресенье 12.40 - 16.10

№ занятия	Дата	Тема занятия	К-во часов	Место проведения
1.	03.09	Инструктаж по технике безопасности на занятиях по пешеходному туризму. Знакомство. Цели и задачи объединения, планы на год.	2	С/з
2.	05.09	Участие в туристическом слете «Золотая осень».	4	Щегловская засека
3.	10.09	Бег на выносливость.	2	Стадион МОУ СОШ №61
4.	12.09	Упражнения на физическую выносливость. Спортивные игры.	4	Стадион МОУ СОШ №61
5.	17.09	Движение по легенде.	2	С/з
6.	19.09	Участие в областных соревнованиях по спортивному ориентированию.	4	Подгородние дачи
7.	24.09	Упражнения на физическую выносливость.	2	С/з
8.	26.09	Ориентирование в заданном направлении по карте.	4	
9.	01.10	Участие в соревнованиях по экологическому ориентированию.	4	Пролетарский парк.
10.	03.10	Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	4	Косая гора
11.	08.10	Действие команды по ТТД.	2	С/з
12.	10.10	Растения Тульского края. Достопримечательности Тулы.	2	Стадион МОУ СОШ №61
13.	15.10	Движение по легенде.	2	С/з
14.	17.10	Прохождение этапа «навесная», «бревно» с	4	С/з

		самонаведением.		
15.	22.10	Правила соревнований по ориентированию.	2	С/з
16.	24.10	Участие в соревнованиях по туристическому многоборью.	4	
17.	29.10	Бег на выносливость.	2	С/з
18.	31.10	Упражнения на физическую выносливость. Спортивные игры.	4	С/з
19.	05.11	Первая помощь при ожогах.	2	С/з
20.	07.11	Прохождение этапа «навесная», «бревно» с самонаведением.	4	С/з
21.	12.11	Животный мир нашего края.	2	С/з
22.	14.11	Упражнения на физическую выносливость. Спортивные игры.	4	С/з
23.	19.11	Экология нашего края.	2	С/з
24.	21.11	Ориентирование в заданном направлении по карте.	4	
25.	26.11	Бег на выносливость	2	С/з
26.	28.11	Соревнования по туристическому многоборью.	4	С/з
27.	03.12	Укусы ядовитых змей,насекомых,первая помощь при укусах.	2	С/з
28.	05.12	Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию. Лабиринт.	4	С/з
29.	10.12	Спортивные игры.	2	С/з
30.	12.12	Упражнения на физическую выносливость	4	С/з
31.	17.12	Травмы головы, ушибы, сотрясения.	2	С/з
32.	19.12	Соревнования по туристическому многоборью.	4	С/з
33.	24.12	Упражнения на физическую выносливость	2	С/з
34.	26.12	Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	4	С/з
35.	31.12	Упражнения на физическую выносливость	2	С/з
36.	09.01	Ориентирование на местности в заданном направлении. Лабиринт.	4	ЦПКиО
37.	14.01	Упражнения на физическую выносливость	2	С/з
38.	16.01	Инструктаж по технике безопасности на занятиях по пешеходному туризму.	4	С/з
39.	21.01	Упражнения на физическую выносливость	2	
40.	23.01	Ориентирование на местности в заданном направлении. Лабиринт.	4	С/з
41.	28.01	Движение по легенде.	2	
42.	30.01	Техника прохождения этапов «спуск», «подъём» с самонаведением.	4	
43.	04.02	Техника прохождения этапов «спуск», «подъём» с самонаведением.	2	С/з
44.	06.02	Правила транспортировки пострадавшего на этапах «спуск», «подъём».	4	С/з
45.	11.02	Проведение интеллектуальных игр.	2	С/з
46.	13.02	Правила транспортировки пострадавшего на этапах «спуск», «подъём».	4	С/з
47.	18.02	Упражнения на физическую выносливость .	2	С/з
48.	20.02	Соревнования по туристическому многоборью.	4	С/з

49.	25.02	Упражнения на физическую выносливость	2	
50.	27.02	Упражнения на физическую выносливость	4	С/з
51.	04.03	Упражнения на физическую выносливость	2	
52.	06.03	Транспортировка пострадавшего на навесной переправе.	4	С/з
53.	11.03	Спортивные игры.	2	
54.	13.03	Транспортировка пострадавшего на навесной переправе.	4	С/з
55.	18.03	Упражнения на физическую выносливость.	2	С/з
56.	20.03	Соревнования по туристическому многоборью.	4	
57.	25.03	Подготовка снаряжения к походу.	2	С/з
58.	27.03	Кроссовая подготовка. Движение по легенде.	4	
59.	01.04	Движение по легенде.	2	
60.	03.04	Ориентирование на местности в заданном направлении.	4	
61.	08.04	Движение по легенде.	2	
62.	10.04	Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	4	
63.	15.04	Подготовка снаряжения к походу.	2	С/з
64.	17.04	Кроссовая подготовка. Движение по легенде.	4	
65.	22.04	Кроссовая подготовка.	2	
66.	24.04	Ориентирование на местности в заданном направлении.	4	
67.	29.04	Движение по легенде.	2	
68.	06.05	Кроссовая подготовка. Лабиринт.	4	
69.	08.05	Кроссовая подготовка.	2	
70.	13.05	Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	4	
71.	15.05	Кроссовая подготовка.	2	
72.	20.05	Ремонт и подготовка снаряжения к походу.	4	