

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детско-юношеского туризма и патриотического воспитания»
(МБУДО «ЦДЮТиПВ»)

Рассмотрена на заседании
педагогического совета
от 30. 08. 2023г.
протокол № 15

УТВЕРЖДЕНА
Приказом от 31.08.2023г. № 90-а
Директор МБУДО «ЦДЮТ и ПВ»
_____ А.В. Степанов

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

на 2023 – 2024 учебный год
К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ
туристско-краеведческой направленности
«Пешеходный туризм»

Форма реализации программы – очная;

Год обучения – 3-ий год обучения;

Номер группы –1

Возраст обучающихся – 11-15 лет.

Разработал: **Карпов О.Н.**
педагог дополнительного образования

ФИО педагога, разработавшего дополнительную общеразвивающую
программу: **Карпов Олег Николаевич**

ФИО педагога, реализующего дополнительную
общеразвивающую программу: **Карпов Олег Николаевич**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность дополнительной общеразвивающей программы	Туристско-краеведческая
Вид дополнительной общеразвивающей программы	модифицированная
Уровень дополнительной общеразвивающей программы	основное общее образование
<p>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 текущем учебном году и их обоснование (информация об изменении содержательной части дополнительной общеразвивающей программы,</p>	<p>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.</p> <p>При занятии детей в объединении буду обращать особое внимание на наличие желания заниматься туризмом, а также проводить проверку профессиональных спортивных данных детей.</p> <p>Особенность обучения в текущем году заключается в поиске новых импровизационных туристских форм.</p>
Особенности организации образовательной	При разработке программного материала для

<p>деятельности по дополнительной общеразвивающей программе с указанием:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<p>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».</p> <p>Количество учебных часов по программе второго года обучения составляет 324 часа.</p> <p>В рабочие дни, совпадающие с праздничными календарными праздниками, а именно Новогодние праздники, 8 Марта, 23 Февраля, майские праздники происходит уплотнение часов по следующим разделам «Подготовка и проведение походов».</p>
<p>Задачи на текущий учебный год для объединения «Пешеходный туризм»</p>	<p>Задачи:</p> <p style="text-align: center;"><i>Оздоровительные</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 <p><i>Образовательные:</i></p> <p style="padding-left: 20px;"><i>научить</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться по местным предметам и компасу; - преодолевать препятствия туристской дистанции; - применять и вязать основные туристские узлы; - оказать первую доврачебную помощь; - выполнять различные физические упражнения; - соблюдать технику безопасности при организации быта в походах и экспедициях; <p><i>познакомить:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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

	<p>учащихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> - уровень социального и профессионального самоопределения творческой самореализации личности; - коммуникативную компетентность в общении <p>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</p>
<p>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)</p>	<p>Режим занятий: три раза в неделю – 3, 3 и 3 часа. Общее количество учебных занятий в год – 324 часа. Между занятиями предусмотрены 15-минутные перемены.</p>
<p>Формы занятий и их сочетание (пояснить, чем обусловлен выбор конкретных форм учебных занятий)</p>	<p>Формой осуществления образовательного процесса является учебная группа, с постоянным составом, составленная по возрастному принципу (дети от 11 до 15 лет).</p> <p>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.</p> <p>Обязательными условиями проведения занятий являются:</p> <ul style="list-style-type: none"> – смена видов деятельности; – положительная оценка личных достижений каждого обучающегося.
<p>Ожидаемые результаты и способы их оценки в</p>	<p>Ожидаемые результаты в текущем учебном году :</p>

текущем учебном году, результаты и способы измерения результатов для текущего года обучения, форма проведения промежуточной и итоговой аттестации

К концу третьего 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;

Должны знать:

- применение узлов: встречная восьмерка, встречный, схватывающие, булинь, проводник, двойной, проводник, брамшкотовый;
- организацию питания в походе;
- требования к установке бивака;
- технику и тактику преодоления препятствий в походе;
- правила вида сорта «спортивный туризм»;
- основные приемы оказания первой доврачебной помощи;
- историю и природу тульского края

Должны уметь:

- проходить пешеходную дистанцию по спортивному туризму;
- вязать туристские узлы;
- выполнять физические упражнения;
- составить походное меню;
- организовать бивак;
- преодолевать природные препятствия в походе;
- ориентироваться на местности;
- проходить дистанцию на местности (спортивное ориентирование);
- выживать в форс-мажорных обстоятельствах

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.

Календарно-тематический план
Объединения «Пешеходный туризм»
2023-2024 учебный год

Группа № 1 (третий год обучения)

Руководитель Карпов Олег Николаевич

№ п/п	Дата	К-во часов	Тема и подтемы	Место проведения
1	03.09	3	Беговая тренировка	На местности
2	04.09	3	Организационное занятие. Периодический инструктаж по технике безопасности и охране труда	МБОУ ЦО №22
3	06.09	3	Приемы скалолазания, типы зацепов	МБОУ ЦО №22
4	10.09	3	Упражнения на развитие выносливости	На местности
5	11.09	3	Упражнения на развитие выносливости	МБОУ ЦО №22
6	13.09	3	Приемы скалолазания. Прохождение простейшей дистанции	МБОУ ЦО №22
7	17.09	3	Беговая тренировка	На местности
8	18.09	3	Беговая тренировка	МБОУ ЦО №22
9	20.09	3	Приемы скалолазания.	МБОУ ЦО №22
10	24.09	3	Упражнения на развитие выносливости	На местности
11	25.09	3	Упражнения на развитие выносливости	МБОУ ЦО №22
12	27.09	3	Ориентирование в походе. Особенности.	МБОУ ЦО №22
13	01.10	3	Силовые упражнения	На местности
14	02.10	3	Силовые упражнения	МБОУ ЦО №22
15	04.10	3	Ориентирование в походе. Ориентирование по местным признакам	МБОУ ЦО №22
16	08.10	3	Беговая тренировка	На местности
17	09.10	3	Беговая тренировка	МБОУ ЦО №22
18	11.10	3	Карты-схемы, кроки	МБОУ ЦО №22
19	15.10	3	Преодоление этапа «Бревно» с самонаведением	На местности
20	16.10	3	Преодоление этапа «Бревно» с самонаведением	МБОУ ЦО №22
21	18.10	3	Карты-схемы, кроки	МБОУ ЦО №22
22	22.10	3	Упражнения на развитие выносливости	На местности
23	23.10	3	Упражнения на развитие выносливости	МБОУ ЦО №22
24	25.10	3	Дистанция 2 класса. Особенности	МБОУ ЦО №22
25	29.10	3	Беговая тренировка	На местности
26	30.10	3	Беговая тренировка	МБОУ ЦО №22
27	01.11	3	Дистанция 2 класса	МБОУ ЦО №22
28	05.11	3	Преодоление этапа «Параллельные перила» с самонаведением	На местности
29	06.11	3	Дистанция 2 класса. Преодоление препятствий	МБОУ ЦО №22

30	08.11	3	Преодоление этапа «Навесная переправа» с самонаведением	МБОУ ЦО №22
31	12.11	3	Преодоление этапа «Навесная переправа» с самонаведением	На местности
32	13.11	3	Стратегия и тактика команды	МБОУ ЦО №22
33	15.11	3	Преодоление этапа «Параллельные перила» с самонаведением	МБОУ ЦО №22
34	19.11	3	Преодоление этапа «Параллельные перила» с самонаведением	На местности
35	20.11	3	Стратегия и тактика команды. Лидирование на дистанции	МБОУ ЦО №22
36	22.11	3	Беговая тренировка	МБОУ ЦО №22
37	26.11	3	Беговая тренировка	На местности
38	27.11	3	Стратегия и тактика команды. Особенности	МБОУ ЦО №22
39	29.11	3	Упражнения на развитие выносливости	МБОУ ЦО №22
40	03.12	3	Упражнения на развитие выносливости	На местности
41	04.12	3	Аварийная ситуация	МБОУ ЦО №22
42	06.12	3	Преодоление этапа «Маятник» с самонаведением	МБОУ ЦО №22
43	10.12	3	Преодоление этапа «Маятник» с самонаведением	На местности
44	11.12	3	Паника, способы выживания в лесу	МБОУ ЦО №22
45	13.12	3	Силовая тренировка	МБОУ ЦО №22
46	17.12	3	Силовая тренировка	На местности
47	18.12	3	Способы выживания в горах, в пустыне	МБОУ ЦО №22
48	20.12	3	Подготовка к походу выходного дня	МБОУ ЦО №22
49	24.12	3	Поход выходного дня	На местности
50	25.12	3	Силовая тренировка	МБОУ ЦО №22
51	27.12	3	Подведение итогов I полугодия	МБОУ ЦО №22
52	10.01.	3	Повторный инструктаж по технике безопасности и охране труда. Способы выживания в горах, в пустыне.	МБОУ ЦО №22
53	14.01	3	Беговая тренировка	На местности
54	15.01	3	Организация спасработ	МБОУ ЦО №22
55	17.01	3	Упражнения на развитие выносливости	МБОУ ЦО №22
56	21.01	3	Упражнения на развитие выносливости	На местности
57	22.01	3	Организация спасработ. Распределение обязанностей	МБОУ ЦО №22
58	24.01	3	Беговая тренировка	МБОУ ЦО №22
59	28.01	3	Беговая тренировка	На местности
60	29.01	3	Организация спасработ. Снаряжение.	МБОУ ЦО №22
61	31.01	3	Упражнения на развитие выносливости	МБОУ ЦО №22
62	04.02	3	Упражнения на развитие выносливости	На местности
63	05.02	3	Особенности и отличие пешеходных, водных, горных походов.	МБОУ ЦО №22
64	07.02	3	Силовые упражнения	МБОУ ЦО №22
65	11.02	3	Силовые упражнения	На местности
66	12.02	3	Особенности и отличие пешеходных, водных, горных походов. Подготовка снаряжения.	МБОУ ЦО №22
67	14.02	3	Преодоление этапа «Бревно» с самонаведением	МБОУ ЦО №22
68	18.02	3	Преодоление этапа «Бревно» с самонаведением	На местности
69	19.02	3	Изучение маршрута	МБОУ ЦО №22
70	21.02	3	Преодоление этапа «Бревно» с самонаведением	МБОУ ЦО №22
71	25.02	3	Преодоление этапа «Бревно» с самонаведением	На местности
72	26.02	3	Радиальный выход, линейный маршрут	МБОУ ЦО №22
73	28.02	3	Силовые упражнения	МБОУ ЦО №22
74	03.03	3	Силовые упражнения	На местности
75	04.03	3	Беговая тренировка	МБОУ ЦО №22
76	06.03	3	Маршрутные документы	МБОУ ЦО №22
77	10.03	3	Беговая тренировка	На местности
78	11.03	3	Акклиматизация	МБОУ ЦО №22
79	13.03	3	Беговая тренировка	МБОУ ЦО №22
80	17.03	3	Беговая тренировка	На местности
81	18.03	3	Определение готовности группы к походу 2 категории сложности	МБОУ ЦО №22
82	20.03	3	Преодоление этапа «Параллельные перила» с самонаведением	МБОУ ЦО №22
83	24.03	3	Преодоление этапа «Параллельные перила» с самонаведением	На местности
84	25.03	3	Дистанция 2 класса. Преодоление препятствий	МБОУ ЦО №22
85	27.03	3	Преодоление этапа «Навесная переправа» с самонаведением	МБОУ ЦО №22

86	31.03	3	Преодоление этапа «Навесная переправа» с самонаведением	На местности
87	01.04	3	Стратегия и тактика команды	МБОУ ЦО №22
88	03.04	3	Преодоление этапа «Параллельные перила» с самонаведением	МБОУ ЦО №22
89	07.04	3	Преодоление этапа «Параллельные перила» с самонаведением	На местности
90	08.04	3	Определение готовности группы к походу 2 категории сложности	МБОУ ЦО №22
91	10.04	3	Беговая тренировка	МБОУ ЦО №22
92	14.04	3	Беговая тренировка	На местности
93	15.04	3	Стратегия и тактика команды. Особенности	МБОУ ЦО №22
94	17.04	3	Упражнения на развитие выносливости	МБОУ ЦО №22
95	21.04	3	Упражнения на развитие выносливости	На местности
96	22.04	3	Аварийная ситуация	МБОУ ЦО №22
97	24.04	3	Преодоление этапа «Маятник» с самонаведением	МБОУ ЦО №22
98	28.04	3	Преодоление этапа «Маятник» с самонаведением	На местности
99	29.04	3	Дистанция 2 класса. Преодоление препятствий	МБОУ ЦО №22
100	05.05	3	Силовая тренировка	На местности
101	06.05	3	Преодоление этапа «Параллельные перила» с самонаведением	МБОУ ЦО №22
102	08.05	3	Беговая тренировка	МБОУ ЦО №22
103	12.05	3	Беговая тренировка	На местности
104	13.05	3	Установка бивака в различных условиях	МБОУ ЦО №22
105	15.05	3	Преодоление этапа «Навесная переправа» с самонаведением	МБОУ ЦО №22
106	19.05	3	Преодоление этапа «Навесная переправа» с самонаведением	На местности
107	20.05	3	Подготовка к походу выходного дня	МБОУ ЦО №22
108	22.05	3	Подготовка к походу выходного дня	МБОУ ЦО №22
109	26.05	3	Поход выходного дня. Подведение итогов 2 полугодия	На местности
110	27.05	3	Подведение итогов 2 полугодия	МБОУ ЦО №22