

Управление образования Администрации Новоуральского городского округа
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Центр внешкольной работы»

Принята
на заседании методического совета
МАУ ДО «ЦВР»
Протокол № 5 от «09» июня 2026 г.

Утверждена
приказом директора
МАУ ДО «ЦВР»
№ 106 од от «09» июня 2026 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности

«ЮНЫЕ ТУРИСТЫ»

Возраст обучающихся: 12 – 17 лет

Срок реализации: 2 года (288 часов)

Авторы-составители:

Мариевский Дмитрий, Закирова Валерия

Педагоги дополнительного образования

Содержание

1.	Комплекс основных характеристик	3
	1.1. Пояснительная записка	3
	1.2. Цель и задачи общеразвивающей программы	5
	1.3. Содержание общеразвивающей программы	6
	1.3.1. Учебный план	7
	1.3.2. Учебный (тематический) план 1 года обучения	7
	1.3.3. Учебный (тематический) план 2 года обучения	8
	1.3.4. Содержание учебного (тематического) плана 1 года обучения	9
	1.3.5. Содержание учебного (тематического) плана 2 года обучения	11
	1.4. Планируемые результаты	13
2.	Комплекс организационно-педагогических условий	14
	2.1. Календарный учебный график на 2025-2026 учебный год	14
	2.2. Условия реализации программы	14
	2.2.1. Материально-техническое обеспечение	14
	2.2.2. Кадровое обеспечение	14
	2.2.3. Методические материалы	14
	2.3. Формы аттестации / контроля и оценочные материалы	16
3.	Список литературы	18
	3.1. Нормативные документы	18
	3.2. Литература, использованная при составлении программы	19
	3.3. Литература для обучающихся и родителей	20
4.	Аннотация	21
5.	Приложения	22

1. Комплекс основных характеристик

1.1. Пояснительная записка

Направленность: туристско-краеведческая

Нормативно правовая основа программы. Программа разработана на основе нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
3. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
4. Распоряжение Министерства просвещения Российской Федерации от 21.06.2021 № Р-126 «Об утверждении ведомственной целевой программы «Развитие дополнительного образования детей, выявление и поддержка лиц, проявивших выдающиеся способности»;
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2023 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

Дополнительное образование детей и взрослых направлено на формирование и развитие творческих способностей детей и взрослых, а также их адаптацию к жизни в обществе (ФЗ №273 от 29.12.2012 года). В Концепции развития дополнительного образования детей утв. распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 № 678-р указано, что на современном этапе содержание дополнительных общеразвивающих программ ориентировано на создание необходимых условий для удовлетворения индивидуальных потребностей учащихся в интеллектуальном, художественно-эстетическом, нравственном развитии, а также формирование культуры здорового и безопасного образа жизни. В Приказе Министерства просвещения РФ от 13 сентября 2019 № 467 говорится: «Образовательная деятельность по дополнительным общеразвивающим программам должна быть направлена на обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, военно-патриотического воспитания обучающихся».

«Создание необходимых условий для выявления и развития творческих и интеллектуальных способностей, обучающихся...» - одна из основных задач развития системы образования в Свердловской области («Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»).

В дополнительном образовании детей познавательная активность личности выходит за рамки собственно образовательной среды в сферу самых разнообразных социальных практик и становится основой непрерывного процесса саморазвития человека как субъекта культуры и деятельности. Изучение истории родного края по данной программе предполагает возможность расширения кругозора, развития эрудиции, активное применение знаний в повседневной жизни.

Актуальность. Развитие туристско-краеведческой направленности дополнительного образования на основе культурно-исторического потенциала региона является одним из механизмов «трансформации дополнительного образования в современное состояние и достижения соответствия потребностям социально-экономического развития региона».

Развитие исследовательского краеведения, «вовлечение детей в изучение конкретной территории как природно-культурной целостности на основе интеграции знаний естественных, социальных, гуманитарных наук, использования исследовательских методов и реализации проектов детей, направленных на развитие территории своего проживания» (Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 06.05.2022 г. №434-Д «Об утверждении концептуальных подходов к развитию дополнительного образования детей в Свердловской области») обеспечивает формирование у детей гражданской идентичности, чувства патриотизма.

Актуальность дополнительной общеразвивающей программы «Юные туристы» заключается в возможности формирования у подрастающего поколения интереса и привязанности к родному краю, социальной и двигательной активности, воспитания культуры межличностного общения в процессе участия в подготовке и проведении прогулок, экскурсий и походов.

Занятия туристско-краеведческой деятельностью отличаются наибольшей интегративностью: в туристских прогулках и экскурсиях становятся актуальными многие знания, приобретенные на уроках природоведения, рисования, физкультуры, истории, географии. Главная отличительная особенность походов в том, что они доступны и полезны любому здоровому человеку независимо от возраста и физического развития, позволяют выбрать маршрут в соответствии с эстетическими, познавательными и культурными потребностями участников путешествия. Туристско-краеведческая деятельность включает в себя все возможные виды деятельности в различных формах: познавательную, трудовую, спортивную, исследовательскую, учебно-профессиональную, игровую, эстетическую, коммуникативную. Именно поэтому так велики воспитательные возможности туристско-краеведческой деятельности, она позволяет решать задачи развития личности, обеспечить социально-ценностную направленность поведения человека, решая задачи воспитания патриотизма, знакомства и принятия культуры «малой» Родины, гражданского самосознания.

Отличительные особенности программы, новизна. Дополнительная общеразвивающая программа «Юные туристы» является модифицированной и представляет собой начальную ступень на пути к освоению более сложных программ туристско-краеведческой направленности. Отличительной чертой программы является включение в ее содержание воспитательного компонента, направленного на формирование у детей гражданской идентичности, воспитания культуры межличностного общения. Интеграция дополнительного образования со сферой туризма проявляется в вовлечении детей в разработку индивидуальных туристских продуктов, конструкторов виртуальных путешествий, стратегий развития туристского потенциала территорий.

Программа рассчитана на два года обучения. В первый год освоение материала, который содержит программа, строится по принципу комбинирования различных видов деятельности: беседа, игра, наблюдение, посещение музеев, участие в походах выходного дня, участие в соревнованиях. Второй год обучения включает в себя практическую составляющую, включающую в себя спортивную подготовку к категорийным походам.

Адресат. Данная программа предназначена к реализации для обучающихся в возрасте 12 – 17 лет, интересующихся туризмом и краеведением, не имеющих медицинских противопоказаний для занятий данным видом деятельности. Группы формируются в количестве 12-15 человек, без предварительного отбора, по заявлению родителей (законных представителей).

Подростковый возраст характеризуется бурным физическим развитием, повышением активности физических и психических процессов, создает благоприятные условия для появления у детей ощущения взрослости и самостоятельности. Появляется одно из противоречий возраста – между возросшим ощущением самостоятельности и психологическими возможностями подростка, разрешение которого и ведет к дальнейшему психическому развитию.

Возможность осознать и оценить свои личные качества, удовлетворить свое стремление к самосовершенствованию и самостоятельности подросток получает в системе взаимодействия со сверстниками. Заметное влияние приобретают волевые черты характера – настойчивость, упорство в достижении цели, умение преодолевать препятствия и трудности. Однако, проявляя настойчивость в одном виде деятельности, подросток может не обнаружить ее в других ее видах.

Режим занятий.

Продолжительность одного академического часа – 45 минут.

Перерыв между академическими часами – 10 минут.

Общее количество часов в неделю:

1 год обучения – 4 часа в неделю;

2 год обучения – 4 часа в неделю.

Занятия проводятся:

1 год обучения – 2 раза в неделю по 2 часа;

2 год обучения – 2 раза в неделю по 2 часа.

Объем общеразвивающей программы – 288 часов.

Программа рассчитана на 2 года обучения:

1 год обучения: 144 часа в год,

2 год обучения: 144 часа в год.

Особенности организации образовательного процесса. Содержание программы включает учебно-развивающий и социокультурный блоки. Реализация учебно-развивающего блока направлена на формирование начальных туристских знаний и умений, необходимых для совершения походов и участия в туристских соревнованиях, формирования представлений об истории и культуре родного края, его природных ресурсах.

Социокультурный блок посвящен сплочению коллектива, достижению целей воспитания через участие коллектива в социально-значимых экологических мероприятиях и проектах различного уровня, форм и содержания.

Некоторые разделы теоретического блока программы при необходимости (введение ограничительных мер, связанных с распространением инфекционных заболеваний) могут осваиваться обучающимися с применением электронного обучения и дистанционных технологий. Взаимодействие педагога и обучающихся осуществляется с использованием площадки Сферум, разработанных педагогами методических материалов и разработок занятий.

Уровень общеразвивающей программы. Базовый

Перечень форм обучения: фронтальная, индивидуально-групповая, групповая, с использованием дистанционных технологий

Перечень видов занятий: беседа, лекция, практическое занятие, семинар, мастер-класс, экскурсия, открытое занятие, походы

Перечень форм подведения итогов реализации общеразвивающей программы:

- тематический контроль (проверка знаний и умений в конце определенной темы в виде устного опроса, практической работы, тестов),
- итоговый контроль (зачетный поход).

1.2. Цель и задачи общеразвивающей программы

Цель: формирование потребности детей в познании окружающего мира, своего края через освоение начальных туристских и краеведческих знаний, умений и навыков в процессе туристско-краеведческой деятельности.

Задачи общеразвивающей программы.

Обучающие:

- формировать начальные туристские знания и умения, необходимые для совершения походов и участия в туристских соревнованиях;
- обучать технике безопасности на занятиях и при туристических походах;
- формировать представления об истории и культуре родного края, его природных ресурсах;
- прививать умения и навыки самостоятельной деятельности в туристской группе;
- расширять знания учащихся по окружающему миру и экологии, полученные в школе.

Развивающие:

- способствовать формированию навыков самоорганизации и самоконтроля;

- развивать умение управлять собственными эмоциями, выявлять и анализировать причины эмоций, принимать себя и других;
- развивать готовность осуществлять познавательную деятельность на основе логических и исследовательских умений;
- развивать умение осуществлять поиск, отбор, анализ, систематизацию информации;
- развивать умение осуществлять как личную, так и деловую коммуникацию, совместную деятельность.

Воспитательные:

- содействовать гражданско-патриотическому и духовно-нравственному воспитанию;
- формировать стойкий интерес к туристско-краеведческой деятельности
- стимулировать участие в жизни семьи, организации, местного сообщества, в детском самоуправлении и гуманитарной деятельности;
- способствовать формированию ответственного отношения к своему здоровью, навыков безопасного поведения, в том числе в интернет-среде;
- способствовать формированию интереса к практическому изучению профессий;
- содействовать участию в практической экологической деятельности на основе повышения уровня экологической культуры.

1.3. Содержание общеразвивающей программы

Уровень сложности	Год обучения	Разделы (модули)	Количество часов			Формы аттестации
			Всего	Теория	Практика	
Базовый	1	Учебно-развивающий блок	64	32	32	Опросы, наблюдение, анализ работ, занятия-игры, викторины, беседы, участие в конкурсах, походы ПВД
		1. Введение. Правила поведения юных туристов	2	2		
		2. Школа туристско-бытовых навыков юного туриста	16	10	6	
		3 История туризма и родного края	8	8		
		4. Спортивный туризм. Основы прохождения этапов	18	4	14	
		5. Основы топографии	8	4	4	
		6. Виды узлов и их применения.	12	4	8	
		Практический блок	56		56	
		7. Учебно-тренировочные походы	30		30	
		8. Соревнования по спортивному туризму	26		26	
		Социокультурный блок	24		24	
		Итого	144	32	112	
Базовый	2	Учебно-развивающий блок	60	23	37	

		1. Введение. Правила поведения туристов	2	1	1	
		2. Топография и ориентирование	4	2	2	Опросы, наблюдение, анализ работ, занятия-игры, беседы, участие в конкурсах, походы ПВД, участие в соревнованиях
		3. Основы координирования	4	2	2	
		4. Спортивная навигация	8	4	4	
		5. Школа туристско-бытовых навыков юного туриста	6	4	2	
		6. Обучение навыкам спортивного туризма 2, 3 класса	14	4	10	
		7. Медицина в походе	4	2	2	
		8. Спасение пострадавшего	4	2	2	
		9. Спортивная подготовка	14	4	10	
		Практический блок	60		60	
		10. Соревнования по спортивному туризму и ориентированию	30		30	
		11. Учебно-тренировочные походы	30		30	
		Социокультурный блок	24		24	Педагогическое наблюдение
Итого			144	23	121	
Всего по программе			288	55	233	

Учебный (тематический) план 1 года обучения

№ п/ п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
Учебно-развивающий блок					Лекции, беседы и практические занятия
1	Введение. Правила поведения юных туристов	2	2		
1.1	Вводный, первичный инструктажи по технике безопасности.	2	2		
2	Школа туристско-бытовых навыков туриста	16	10	6	
2.1	Организация туристского быта.	6	4	2	
2.2	Основы гигиены и первая доврачебная помощь	4	2	2	
2.3	Туристское групповое и личное снаряжение	4	2	2	

2.4	Одежда и обувь в походе	2	2		
3	История туризма и родного края	8	8		
3.1	История возникновения туризма в России и мире	2	2		
3.2	История родного края	2	2		
3.3	Достопримечательности города	2	2		
3.4	Животный и растительный мир Урала	2	2		
4	Спортивный туризм. Основы прохождения этапов	18	4	14	Лекции, беседы и практические занятия. Походы
4.1	Страховочные системы и правила их вязания	4	2	2	
4.2	Правила прохождения этапов	14	2	12	
5	Основы топографии	8	4	4	
5.1	Понятие о топографии и спортивной карте	2	2		
5.2	Компас. Условные знаки	2	2		
5.3	Ориентирование по горизонту, азимут. Практическая игра	4	2	2	
6	Виды узлов и их применения	12	4	8	
6.1	Назначения и виды веревок	4	2	2	
6.2	Вязка узлов, изучение и применение узлов	8	2	6	
7.	Учебно-тренировочные походы	30		30	Походы
8.	Соревнования по спортивному туризму	26		26	Участие в соревнованиях, Рейтинг
Социокультурный блок		24		24	Педагогическое наблюдение
1.	Участие в мероприятиях Центра, посещение музеев, достопримечательностей.	24		24	
Итого		144	32	112	

Учебный (тематический) план 2 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
Учебно-развивающий блок					
1	Введение. Правила поведения туристов	2	2		Беседа, опрос, заполнение журналов инструктажей
1.1	Вводный, первичный инструктажи по технике безопасности. План работы на год.	2	1	1	
2	Топография и ориентирование	4	2	2	Лекции, беседы и практические занятия
2.1	Вспомним. Топографическая и спортивная карта, компас и азимут.	2	1	1	
2.2	Упражнения на ориентирования.	2	1	1	
3	Основы координирования	4	2	2	
3.1	Системы навигации в туризме	2	1	1	
3.2	Построение маршрутов с помощью электронных ресурсов. Система ГНСС работа с ней по	2	1	1	

	средствам мобильных устройств				
4	Спортивная Навигация	8	4	4	
4.1	Правила спортивной навигации. Настройка устройств навигации	4	2	2	
4.2	Настройка электронной карты	4	2	2	
5	Школа туристско-бытовых навыков туриста	6	4	2	Беседа с практическим применением
5.1	Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров	2	1	1	
5.2	Походная документация	1	1		
5.3	Должности в походе	1	1		
5.3	Питание в походе	2	1	1	
6	Обучение навыкам спортивного туризма 2, 3 класс	14	4	10	
6.1	Тренировки на этапах	14	4	10	Лекции, беседы и практические занятия
7	Медицина в походе	4	2	2	
7.1	Оказание первой помощи в походе. Аптечка в походе	2	1	1	
7.2	Способы транспортировки пострадавшего	2	1	1	
8	Спасение пострадавшего	4	2	2	
8.1	Техника спасения пострадавшего на воде	2	1	1	
8.2	Спасение пострадавшего на сложном, горном рельефе	2	1	1	
9	Спортивная подготовка	14	4	10	
9.1	Общая физическая подготовка	10	4	6	
9.2	Специальная физическая подготовка	5	3	2	
10	Участие в соревнованиях	30		30	Рейтинг
11	Учебно-тренировочные походы	30		30	Педагогическое наблюдение
Социокультурный блок		24		24	Педагогическое наблюдение
1	Участие в мероприятиях Центра, посещение музеев, достопримечательностей	24		24	
Итого		144	26	118	

Содержание учебного (тематического) плана 1 года

Учебно-развивающий блок

1. Введение в программу. Правила поведения юных туристов

Теория: Правила поведения туристов. Правила поведения юных туристов в учебном классе, в лесу, на экскурсиях и прогулках.

Практика: заполнение журнала инструктажа

2. Школа туристско-бытовых навыков юного туриста

2.1 Организация туристского быта

Теория: правила нахождения в лесу. Организация лагеря. Правила приготовления пищи в лесу. Организация привалов и охрана природы. Выбор места для привала. Выбор места для костра. Знакомство с понятием «бивак».

Практика: игра «Мой палаточный лагерь»

2.2 Основы гигиены и первая доврачебная помощь

Теория: Правила соблюдения личной гигиены на туристских прогулках, при организации перекусов. Личная гигиена юного туриста при занятиях физическими упражнениями и оздоровительно-познавательным туризмом

Практика: опрос-игра

2.3 Туристское групповое и личное снаряжения

Теория: Личное и групповое снаряжение и уход за ним. Личное туристское снаряжение. Подбор личного снаряжения в соответствии с сезонными и погодными условиями. Виды и правила подбора рюкзака. Правила укладки

Практика: - игра «Выбери личное снаряжение».

2.4 Одежда в походе

Теория: как одеваться в поход в разное время, понятие мембраны, правил трех-слойности, выбор обуви. Что не стоит надевать.

Практика: игра-интерактив «Как одеться в поход»

3. История туризма

3.1 История возникновения туризма в России и мире

Теория: История туризма в России и мире. Значение туризма для человека. Возникновение туризма. Мореплаватели, путешественники и исследователи. Туристы и путешественники

Практика: эссе или презентация на тему «Географические открытия»

3.2 История родного края

Теория: что такое краеведение. Почему важно ценить родной край. Изучение истории родного города

Практика: викторина о городе

3.3 Достопримечательности родного края

Теория: природные и культурные памятники города Новоуральск.

Практика: интерактивная игра

3.4 Животный и растительный мир родного края

Теория: какие животные обитают, кто уходит в спячку, а кто нет. Растения родного края, какие бывают. Ядовитые растения.

Практика: викторина по темам.

4. Спортивный туризм. Основы прохождения этапов.

4.1 Страховочные системы и правила их вязания

Теория: знакомство с этапами и правила спортивного туризма. Снаряжение для преодоления природных и искусственных преград, для выступления на соревнованиях. Страховочные системы. Командная и судейская страховка

Практика: преодоление этапов.

4.2 Правила прохождения этапов

Теория: Правила наведения и снятия перильной веревки. Подъем по склону. Индивидуальная техника и командная тактика преодоления этапа. Правила наведения этапа, организация страховки. Особенности подъема по склону, основные элементы техники скалолазания, организация командной страховки для всех участников. Траверс склона; правила преодоления этапа, наведения перил, организация страховки и само страховки.

Практика: Прохождение этапов, отработка.

5. Основы топографии

5.1 Понятие о топографии и спортивной карте

Теория: Понятие о топографической карте. Назначение топографической карты, ее отличие от спортивной карты.

Практика: прогулка в парк с картой, рисунок и простейший план местности

5.2 Компас. Условные знаки

Теория: Компас. Его назначение. Виды компасов. Простейшие условные знаки

Практика: зарисовка компаса.

5.3 Ориентирование по горизонту азимут

Теория: Ориентирование по сторонам горизонта и компасу.

Практика: определение сторон горизонта по компасу

6. Виды узлов и их применение

6.1 Назначение и виды веревок

Теория: Виды веревок. Изучение узлов и их применение. Схемы с названиями, назначение, инструкции вязания.

Практика: вязка базовых узлов

Вязка узлов

Теория: Изучение вязки узлов (прямой, проводник, булинь, восьмерка, австрийский проводник, стремя и т.д.)

Практика: вязка узлов (прямой, проводник, булинь, восьмерка, австрийский проводник, стремя и т.д.)

7. Учебно-тренировочные походы

Практика: выезд в поход выходного дня в пределах города. Семь Братьев, Висячий камень, Бунарские Идолы.

Социокультурный блок

Практика: экскурсии в музеи, выставочные центры

Содержание учебного (тематического) плана 2 года

1. Введение. Повторение правил туриста.

1.1 Вводный, первичный инструктаж по технике безопасности.

Теория: проведение инструктажа, повторение правил безопасности в лесу, на территории клуба и этапах. Обсуждение планов на год.

Практика: заполнение журнала инструктажа

2. Топография и ориентирование

2.1 Вспомним. Топографическая и спортивная карта, компас и азимут.

Теория: План местности. Составление плана-схемы школы, двора и его вычерчивание условными знаками с указанием названия зданий и сооружений. Условные топографические знаки. Способы изображения на рисунках и планах водных объектов, сооружений, растительности и пр. Основные топографические знаки

Практика: чтение топографических знаков и нанесения их на карту

2.2 Упражнение на ориентирование

Теория: упражнение на тренажерах и с картами на местности

Практика: упражнение на сайте <https://orient-murman.ru/index.php/2012-05-31-18-02-31>

3. Основы корденирования

3.1 Системы навигации в туризме

Теория: способы позиционирования по средствам мобильных устройств

3.2 Построение маршрутов с помощью электронных ресурсов

Теория: Разбор ресурсов для построения маршрутов

Практика: Работа с сайтом <https://nakarte.me/>

3.3 Система ГНСС работа с ней по средствам мобильных устройств

Теория: Понятия ГНСС Систем. Принципы работы GPS, ГЛАНАС GALileo

Практика: работа с GPS навигатором. Настройка ГНСС на мобильных устройствах

4. Спортивная Навигация

4.1 Правила спортивной навигации. Настройка устройств навигации

Теория: разбор правил спортивной навигации с сайта <https://turik.uralspas.info/>

Практика: настройка устройств согласно правила спортивной навигации работа с приложением canota

5. Школа туристско-бытовых навыков туриста

5.1 Типы костров. Правила разведения

Теория: Правила разведения и поддержания туристского костра, а также его тушения при оставлении места бивака. Виды костров (колодец, шалаш, звезда), костровые принадлежности

Практика: тренировка установки костра в условиях леса.

5.2 Походная документация

Теория: Маршрутный лист и маршрутная книжка, их отличия. Другие необходимые для совершения похода документы (приказ, медицинские справки, отчёты о походах)

Практика: показ и разбор документов

5.3 Должности в походе

Теория: Знакомство с основным перечнем обязанностей туристов в походе: командир, костровой, медик, штурман, реммастер, редактор, завхоз и другие.

Практика: игра «Туристские обязанности»

5.4 Питание в походе

Теория: Основные продукты питания для приготовления пищи в походе. Питьевой режим на туристской прогулке. Необходимый запас воды для питья и правила его транспортировки во время туристской прогулки

Практика: подбор продуктов для похода в форме игры.

6. Обучение навыкам спортивного туризма 2, 3 класс

6.1 тренировки на этапах

Теория: теоретические аспекты прохождения этапов разных классов

Практика: упражнения и тренировки на этапах (подъем, спуск, бревно, маятник)

7. Медицина в походе

7.1 Оказание первой помощи в походе. Аптечка в походе.

Теория: Правила и способы обработки ран, ссадин, наложения простейших повязок. Разбор аптечки походной. Что с собой взять.

Практика: игра «Айболит»

7.2 Способы транспортировки пострадавшего

Теория: теоретические аспекты транспортировки пострадавшего в походе с применением различных подручных средств — рюкзаков, одежды, спальных мешков, шестов, лыж, веревок и т. п. При тяжёлых травмах пострадавшего переносят на импровизированных носилках, сделанных из двух штормовок и двух жердей или лыж.

Практика: установка носилок.

7.3 Виды травм в походе

Теория: изучение основных травм в походе. Разбор действий в случае получения травмы

Практика: оказание помощи при различных травмах. Прохождение тестов

8. Спасение пострадавшего

8.1 Техника спасения пострадавшего на воде

Теория: правила оказания помощи утопавшему. Изучение способов само спасения. Изучения средств для спасения утопающего с берега или плав средства. Изучения метода Непрямого массажа сердца

Практика: отработка бросков спасательного круга и конца «александрова». отработка техники Непрямого массажа сердца

8.2 Спасение пострадавшего на сложном, горном рельефе

Теория: Изучение средств для спасения пострадавшего на горном рельефе. Разбор видов горных рельефов и их опасности. Повторение правил поведения в экстремальной ситуации. Изучения видов полиспаста и оборудования для его создания

Практика: Отработка правильного закрепление пострадавшего на перилах. Организация полиспаста в различных условиях

9. Спортивная подготовка

9.1 Общая физическая подготовка

Теория: Виды травм полученных при беге

Практика: тренировка на кардио выносливость: бег по пересечённой местности. Беговые лыжи

9.2 Специальная физическая подготовка

Теория: Туристские переправы. Разновидности туристских переправ по способу, по возможности.

Практика: тренировка на спортивных этапах: маятник, переправа по бревну, параллельные перила, навесная маршрута пвд.

10. Участие в соревнованиях

Практика: участие в областных региональных соревнованиях (кубок УрФУ, «Уральская Снежинка», «Туриада» и т.д.)

11. Учебно-тренировочные походы

Практика: выезды в походы по Среднему, Южному и Северному Уралу

Социокультурный блок

Практика: участие в тематических мероприятиях, парадах, фестивалях, проектах и квестов

1.4. Планируемые результаты

Предметные. В результате освоения программы «Юные туристы» воспитанники могут получить комплекс знаний и приобрести определенные умения и навыки в области туризма и краеведения. Перечень предметных результатов в форме приобретаемых знаний, умений и навыков помещён в содержании программы. Знания определяются в соответствии с теоретическими пунктами программы, умения и навыки – с практическими

Обучающиеся должны знать:

- Технику безопасности на занятиях и при туристических походах
- Историю развития туризма
- Личное и групповое снаряжение
- Технику пешеходного туризма
- Обучающиеся должны уметь:
- Собирать личное и групповое снаряжение
- Пользоваться туристическим снаряжением
- Организовывать быт в туристических походах
- Ориентироваться на местности различными способами
- Вязать узлы

Метапредметные результаты:

Регулятивные

- Владеют навыками самоорганизации и самоконтроля;
- Умеют управлять собственными эмоциями, выявлять и анализировать причины эмоций, принимать себя и других;

Познавательные

- Получение знаний о туризме, родном крае, истории туризма.
- Знание техники безопасности на занятиях и при туристических походах
- Знание истории развития туризма
- Знание личного и группового снаряжения
- Знание техники и тактики преодоления естественных и искусственных преград в походе и на соревнованиях с помощью туристического снаряжения
- Демонстрируют готовность осуществлять познавательную деятельность на основе логических и исследовательских умений
- Умение осуществлять поиск, отбор, анализ, систематизацию информации;

Коммуникативные

- Осуществляют как личную, так и деловую коммуникацию, совместную деятельность
- Организация учебного сотрудничества с учителем и сверстниками.

- Отработка умения слушать и вступать в диалог.
- Развитие доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, понимания и сопереживания другим людям.

Личностные

- Уважительно относятся к достижениям своей Родины, к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию;
- Умение вести себя культурно, экологически грамотно, безопасно в социальной (со сверстниками, взрослыми, в общественных местах) и природной среде;
- Оценивают свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков;
- Ответственно относятся к своему здоровью, соблюдают правила безопасности, в том числе в интернет-среде;
- Проявляют интерес к изучению профессий на основе применения изучаемого предметного знания, осознание важности обучения на протяжении всей жизни;
- Участвуют в практической экологической деятельности на основе повышения уровня экологической культуры

2. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы

2.1. Календарный учебный график на 2025-2026 учебный год

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	Даты, сроки 1 год	Даты, сроки 2 год
1.	Количество учебных недель	36	36
2.	Количество учебных дней	72	72
3.	Количество часов в неделю	4	4
4.	Количество часов	144	144
5.	Количество недель в 1 полугодии	17	17
6.	Количество недель в 2 полугодии	19	19
7.	Начало занятий	01.09.2026	01.09.2026г
8.	Выходные дни	30.12.2026- 08.01.2027	30.12.2026– 08.01.2027
9.	Окончание занятий	24.05.2027	24.05.2027

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Помещение, соответствующее санитарно-гигиеническим нормам и технике безопасности. Столы и стулья для обучающихся – 15 штук.

- карабины – 3 штуки;
- жумары – 2 штуки;
- спортивные и топографические карты – 6 комплектов.

Туристское оборудование и снаряжение

Групповое (бивуачное):

- палатка (одноместная);
- тент;
- рюкзак туристический;
- медицинская аптечка.

Костровое:

- 1 котелок;
- поварешка;
- фляжка для питьевой воды;

Комплект для спортивного ориентирования:

- компас;
- планшетка;
- фонарик;
- часы;
- топографические карты местности;
- карандаш;
- линейка;
- транспортир.

Личное снаряжение:

- рюкзак туристический;
- спальник;
- одежда;
- обувь;
- посуда.
- карабин
- жумар
- каска
- обвязка страховочная
- спусковое устройство (корзинка, восьмерка)

Спортивный инвентарь:

- мячи (волейбольный, футбольный);
- скакалки;
- секундомер

Информационное обеспечение. Одним из средств наглядности при изучении программного материала служит оборудование для мультимедийных демонстраций:

- компьютер,
- медиа проектор,
- видеофильмы,
- презентации,
- интернет-ресурсы.

Кадровое обеспечение

Обучение по программе осуществляет педагог дополнительного образования, имеющий высшее (среднее) профессиональное образование по специальности «Социокультурный сервис и туризм» с опытом туристской подготовки и прошедший курс профессиональной переподготовки «Педагогика дополнительного образования» или высшее педагогическое образование.

Методические материалы.

№ п/п	Название раздела, темы	Дидактико-методический материал	Формы, методы, приемы обучения. Педагогические технологии	Формы учебного занятия
1 год обучения		Дидактический материал: разработки теоретических и практических занятий, таблицы по	– словесные методы (рассказ, беседа, инструктаж) – наглядные методы (показ)	групповые, индивидуальные, индивидуально-групповые формы обучения.
1	Введение. Правила поведения юных			

	туристов	различным тематикам: личное, групповое, специальное снаряжение; подборка литературно-художественного материала (стихи, поговорки, пословицы, загадки, рассказы); занимательный материал (викторины, ребусы, кроссворды); подборка заданий развивающего и творческого характера. Также диагностические методики; информационные материалы; интернет материалы, относящиеся к программе; презентации. Для реализации задач здоровья сбережения имеется подборка профилактических, развивающих упражнений (для глаз, для рук, для снятия напряжения и профилактики утомления и т.п.), физические зарядки для всех мышц тела длительностью 5-10 мин.	видеоматериалов, иллюстраций и др.), – практические методы (демонстрации, практическая работа на основе полученных знаний, физическая подготовка), – объяснительно – иллюстративные методы обучения (при таком методе обучения обучающиеся воспринимают и усваивают готовую информацию); – игровой метод Методы воспитания: – Убеждение Упражнение – Поощрение Педагогические технологии. – Технология личностно-ориентированного обучения – Методы проблемного обучения – Технология игрового обучения – Технология дифференцированного обучения	Работа в группе формирует коллективную ответственность и индивидуальную помощь каждому как со стороны педагога, так и со стороны учащихся. Групповая форма работы наиболее целесообразна Формы организации учебного занятия: – беседа, – лекция; – викторина; – комбинированное занятие; – ролевая игра; – мастер-классы; – видеоконференция, – аудиоконференция, – видеолекции, – занятия в чате, – веб – уроки.
2	История туризма			
3	Основы краеведения			
4	Азбука туристско-бытовых навыков юного туриста			
5	Основы топографии			
6	Личная гигиена и первая доврачебная помощь			
7	Учебно-тренировочные походы			
2 год обучения				
1	Правила поведения юных туристов			
2	Топография и ориентирование			
3	Туристско-бытовые навыки юного туриста			
4	Азбука спортивно оздоровительного туризма			
5	Спортивная подготовка			
6	Туристические возможности родного края			
7	Учебно-тренировочные походы			

2.3. Формы аттестации / контроля и оценочные материалы

	Планируемые результаты	Критерии оценивания	Виды контроля/промежуточной аттестации	Диагностический инструментарий (формы, методы диагностики)
--	------------------------	---------------------	--	--

Личностные	Формирование межличностных отношений: – умение вести себя культурно, экологически грамотно, безопасно в социальной (с взрослыми, сверстниками, в общественных местах) и природной среде; – осознание личной ответственности за своё здоровье и окружающих, уважительное и заботливое отношение к людям с нарушениями здоровья; – развитие нравственных качеств, творческих способностей, развитие умений соотносить – поступки и события с принятыми этическими принципами	0 – владеет менее чем половиной объема знаний по теме; 1 – объем усвоенных обучающимся знаний по теме составляет более половины; 2 – освоил весь объем знаний по теме.	Входной – выявление уровня готовности к освоению программы Текущий – контроль освоения содержания программы на учебном занятии. Промежуточный – определение степени освоения содержания программы. Итоговый – выявление степени соответствия знаний, умений, навыков обучающихся планируемым результатам.	Педагогическое наблюдение. Собеседование, викторины сдача нормативов соревнования участие в походах
Предметные	Обучающиеся должны знать: – Технику безопасности на занятиях и в туристических походах – Историю развития туризма – Личное и групповое снаряжение – Технику пешеходного туризма Обучающиеся должны уметь: – Собирать личное и групповое снаряжение – Пользоваться туристическим снаряжением – Организовывать быт в туристических походах – Ориентироваться на местности различными способами – Вязать узлы	0 – владеет менее чем половиной объема знаний по теме; 1 – объем усвоенных обучающимся знаний по теме составляет более половины; 2 – освоил весь объем знаний по теме.		Педагогическое наблюдение. Собеседование, викторины сдача нормативов соревнования участие в походах

Метапредметные	<i>Регулятивные</i> – Владеют навыками самоорганизации и самоконтроля; – Умеют управлять собственными эмоциями, выявлять и анализировать причины эмоций, принимать себя и других; <i>Познавательные</i> – Получение знаний о туризме, родном крае, истории туризма. – Знание техники безопасности на занятиях и при туристических походах – Знание истории развития туризма – Знание личного и группового снаряжения – Знание техники и тактики преодоления естественных и искусственных преград в походе и на соревнованиях с помощью туристического снаряжения <i>Коммуникативные</i> – Осуществляют как личную, так и деловую коммуникацию, совместную деятельность – Отработка умения слушать и вступать в диалог.	0 – владеет менее чем половиной объема знаний по теме; 1 – объем усвоенных обучающимся знаний по теме составляет более половины; 2 – освоил весь объем знаний по теме.	Входной – выявление уровня готовности к освоению программы Текущий – контроль освоения содержания программы на учебном занятии. Промежуточный – определение степени освоения обучающимися содержания программы. Итоговый – выявление степени соответствия знаний, умений, навыков, творческих достижений обучающихся планируемым результатам.	Педагогическое наблюдение. Собеседование, викторины сдача нормативов соревнования участие в походах
-----------------------	---	---	---	--

3. Список литературы

3.1. Нормативные документы.

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
3. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 года);
4. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в РФ до 2025 года»;
5. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
6. Распоряжение Министерства просвещения Российской Федерации от 21.06.2021 № Р-126 «Об утверждении ведомственной целевой программы «Развитие дополнительного образования детей, выявление и поддержка лиц, проявивших выдающиеся способности»;

7. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изменениями и дополнениями);
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 02.02.2021 № 38 «О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденную приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467»;
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2023 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
10. Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
11. Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденный от 22.09.2021 № 652н, Трудовая функция 3.1.5. Разработка программно-методического обеспечения реализации дополнительной общеобразовательной программы;
12. Решение Совета при Президенте Российской Федерации по реализации государственной политики в сфере защиты семьи и детей от 01.06.2021 на тему «Развитие системы дополнительного образования, выявления и сопровождения талантливых детей и молодежи»;
13. Постановление Главного государственного 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»;
14. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
15. Постановление Правительства Свердловской области от 07.12.2017 № 900-ПП «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Свердловской области до 2025 года»;
16. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 06.05.2022 № 434-Д «Об утверждении Концептуальных подходов к развитию дополнительного образования детей в Свердловской области»;
17. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»;
18. Письмо Министерства просвещения РФ от 07.05.2020 № ВБ-976-04 «Методические рекомендации по реализации курсов, программ воспитания и дополнительных программ с использованием дистанционных образовательных технологий»;
19. Устав Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Центр внешкольной работы» от 2013 года с изменениями;
20. Программа развития МАУ ДО «ЦВР» «Пространство самореализации: код успеха» на период 2025-2029 годы от 2021 года;
21. Образовательная программа МАУ ДО «ЦВР» на 2023-2026 годы от 01.02.2023 года;
22. Порядок предоставления муниципальной услуги «Запись на обучение по дополнительной образовательной программе в МАУ ДО «ЦВР» от 2022 года.

3.1. Литература, использованная при составлении программы.

1. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. Учебно-методическое пособие – М. ФЦДЮТиК, 2006 г. – 600 с., илл.

2. Маслов А.Г. Программа. «Юные инструкторы туризма» - М. ЦДЮТур, 1999. – 55 с.
3. Некляев С.Е., Поведение учащихся в экстремальных условиях природы. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – 240с.
4. Балабанов, И.В. Узлы / И. В. Балабанов Узлы - М.: ЭКСМО-Пресс, 2013. – 80 с.
5. Бубнов, В.Г. Бубнова Н.В. Основы медицинских знаний: Учебно-практическое пособие /
6. В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова – М., ООО Издательство АСТ. ООО. 2011. – 252 с.
7. Ильин, А.А. Энциклопедия выживания в экстремальных ситуациях. / А.А. Ильин – М.: ЭКСМО-Пресс, 2012. – 384 с.
8. Константинов, Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся. Учебно-методическое пособие. / Ю.С. Константинов – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2012.
9. Куликов, В.М. Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. / В.М. Куликов, Ю.С. Константинов - М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2014г.
10. Маслов, А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся Школа безопасности
11. А.Г. Маслов - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2000. – 160 с.
12. Маслов, А.Г., Константинов Ю.С. Программа обучения жизненным навыкам в системе дополнительного образования. / А.Г. Маслов Ю.С.Константинов – М.: МТО-ХОЛДИНГ, 2011. – 96 с.
13. Маслов, А. Г., Константинов Ю. С., Дрогов И.А. Лето, дети и туризм / А. Г. Маслов, Ю. С. Константинов, И. А. Дрогов - М: ЦДЮТур МО РФ, 2013г
14. Садикова, Н.Б. 1000 + 1 совет туристу: Школа выживания / Н.Б.Садикова – Минск: Современный литератор, 2000. – 352 с
15. Топография и ориентирование в туристском путешествии. // - М: ЦДЮТур МО РФ, 2010г.
16. Уилсон, Н. Руководство по ориентированию на местности: Выбор маршрута и планирование путешествия. Навигация с помощью карт, компаса и природных объектов /Нейл Уилсон – Пер. с англ. К Ткаченко.– М.: ФАИР ПРЕСС, 2014.–352с.
17. Штюмер, Ю.А. Профилактика туристского травматизма / Ю.А.Штюмер - М: ЦРИБ Турист, 2011г.
18. Алексеев, А.А. Питание в туристском походе: Пособие для инструкторов и преподавателей туризма в школе / А. А. Алексеев — М.: 2013г.
19. Добарина, И.А., Жигарев О.Л. Основы школьного туризма: Методическое пособие для учителей и студентов / И.А. Добарина, О.Л. Жигарев — Новосибирск: Издательство Новосибирского государственного педагогического университета, 2011г.
20. Шабанов, А.М. Карманная энциклопедия туриста / А.М. Шабанов — М.: Вече, 2014г.
21. Смирнов, А.Т., Хренников Б.О., Дурнев Р.А., Аюбов Э.Н. Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для учащихся // А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, Р.А. Дурнев, Э.Н. Аюбов / под ред. А.Т. Смирнова. – М., 2014.
22. Петров, С.В. Первая помощь в экстремальных ситуациях: практическое пособие /
23. С.В.Петров, В.Г.Бубнов. – М.: 2010г.
24. Талм, Е.И. Энциклопедия туриста. / Е.И. Талм — М.: «Большая российская энциклопедия», 2014г.;
25. Шаповал, Г.Ф. История туризма / Г.Ф. Шаповал — Минск: Экоперспектива, 2013г

3.3. Литература для обучающихся и родителей.

26. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. Учебно-методическое пособие – М.ФЦДЮТиК, 2006 г. – 600 с., илл.
27. Балабанов, И.В. Узлы / И. В. Балабанов Узлы - М.: ЭКСМО-Пресс, 2013. – 80 с.
28. Бубнов, В.Г. Бубнова Н.В. Основы медицинских знаний: Учебно-практическое пособие /
29. В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова – М., ООО Издательство АСТ. ООО. 2011. – 252 с.
30. Куликов, В.М. Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском
31. путешествии./ В.М. Куликов, Ю.С. Константинов - М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2014г.
32. Володин, В.Личная безопасность / В.Володин – М.: Аванта+. 2001.

4. Аннотация

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности «Юные туристы» предназначена для обучения детей в возрасте 12 – 17 лет, срок реализации – 2 года.

Цель: формирование у учащихся мотивации к туристско-краеведческой деятельности через освоение начальных туристских и краеведческих знаний, умений и навыков в процессе участия в туристских соревнованиях. Удовлетворение естественной потребности детей в непосредственном познании окружающего мира, своего края; развитие активной туристско-спортивной и краеведческой деятельности учащихся.

Занятия по дополнительной общеразвивающей программе отличаются наибольшей интерактивностью: в туристских прогулках и экскурсиях становятся актуальными многие знания, приобретенные на уроках природоведения, рисования, физкультуры, истории. Главная отличительная особенность походов в том, что они доступны и полезны любому здоровому человеку независимо от возраста и физического развития, позволяют выбрать маршрут в соответствии с эстетическими, познавательными и культурными потребностями участников путешествия. Туристско-краеведческая деятельность включает в себя все возможные виды деятельности в различных формах: познавательную, трудовую, спортивную, исследовательскую, учебно-профессиональную, игровую, эстетическую, коммуникативную.

5. Приложения

Приложение 1

Календарно-тематический план 1 года

№	Блок	Неделя	Тема, форма проведения занятия	Кол-во часов	Формы контроля
Первое полугодие					
1.	СК	1 неделя	Водное занятие. Набор групп. Инструктажи по технике безопасности. Знакомство с программой.	4	Входной контроль
2.	СК	2 неделя	Школа туристско-бытовых навыков туриста.	4	Заполнение журналов
3.	У	3 неделя	Поход на скалы Гронского. Участие в акции ЦВР «Чистый берег»	4	Фотоотчет
4.	У	4 неделя	Организация туристского быта.	4	Тест «Выбери снаряжение под условия похода» (лето/зима, 1–3 дня)
5.	У	5 неделя	Тренировка на скалодроме	4	Наблюдение
6.	У	6 неделя	Туристское групповое и личное снаряжение	4	Фотоотчёт
7.	У	7 неделя	Одежда и обувь в походе. Тренировка	4	Отработка навыков
8.	У	8 неделя	История туризма и родного края.	4	Направление

			Тренировка		сторон света
9.	У	9 неделя	История возникновения туризма в России и мире. Тренировка на полигоне	4	Подготовка
10.	СК	10 неделя	Поход	4	Фотоотчёт
11.	У	11 неделя	История родного края. Скалодром	4	Беседа, наблюдение
12.	У	12 неделя	Достопримечательности города. Занятие на полигоне	4	закрепить тент/палатку под ветер, организовать учебную переправу
13.	У	13 неделя	Животный и растительный мир Урала. Отработка навыков маркировки	4	Фотоотчет
14.	У	14 неделя	Спортивный туризм. Основы прохождения этапов Страховочные системы и правила их вязания	4	Зачет по узлам
15.	У	15 неделя	Правила прохождения этапов	4	Соревнования
16.	У	16 неделя	Подготовка к соревнованиям	4	Соревнования
17.	СК	17 неделя	Участие в соревнованиях/ поход в зимнюю сказку	4	Соревнования. Рейтинг
Итого за первое полугодие				68	
Второе полугодие					
18.	У	18 неделя	Основы топографии. Занятие на скалодроме	4	Топографический диктант
19.	У	19 неделя	Понятие о топографии и спортивной карте. Тренировка на улице с картой	4	Топографический диктант
20.	У	20 неделя	Поход	4	Фотоотчет
21.	У	21 неделя	Компас. Условные знаки. Тренировка	4	Подготовка
22.	У	22 неделя	Ориентирование по горизонту, азимут. Практическая игра	4	Подготовка
23.	У	23 неделя	Виды узлов и их применения. Тренировка	4	Топографический диктант
24.	У	24 неделя	Назначения и виды веревок. Тренировка	4	Станционные зачёты: пройти этапы с фиксацией времени и ошибок
25.	У	25 неделя	Вязка узлов, изучение и применение узлов. Участие в соревнованиях.	4	Станционные зачёты: пройти этапы с фиксацией времени и ошибок
26.	У	26 неделя	Поход	4	Разбор ошибок
27.	У	27 неделя	Занятие на скалодроме	4	Тренировка
28.	У	28 неделя	Тренировка на этапах.	4	Станционные зачёты: пройти

					этапы с фиксацией времени и ошибок
29.	СК	29 неделя	Повторение изученного материала. Поход	4	Походная документация
30.	У	30 неделя	Работа в связке/паре на дистанции. Посещение музея	4	Практический норматив: организовать страховку на учебной станции, проверить узлы, снять станцию
31.	У	31 неделя	Работа в связке/паре на дистанции	4	Проверка ошибок
32.	У	32 неделя	Тренировка на скалодроме	4	Тренировка
33.	А	33 неделя	Подготовка к походу	4	Подготовка
34.	АВ	34 неделя	Подготовка к походу	4	Подготовка
35.	А	35 неделя	Подготовка к походу	4	Подготовка
36.	СК	36 неделя	Поход	4	Походная документация
Итого за второе полугодие				76	
Итого за год				144	

Календарно-тематический план 2 года

№	Блок	Неделя	Тема, форма проведения занятия	Кол-во часов	Формы контроля
Первое полугодие					
36.	СК	1 неделя	Водное занятие. Набор групп	4	Входной контроль
37.	СК	2 неделя	Инструктажи по технике безопасности. Набор групп	4	Заполнение журналов
38.	У	3 неделя	Сезонность и функциональность снаряжения: подбор комплекта под условия	4	Подбор снаряжение в поход
39.	У	4 неделя	Ремонт и профилактика снаряжения: быстрые решения в полевых условиях.	4	Тест «Выбери снаряжение под условия похода» (лето/зима, 1–3 дня)
40.	У	5 неделя	Поход	4	Фотоотчет
41.	У	6 неделя	Поход	4	Фотоотчёт
42.	У	7 неделя	Тренировка на скалодроме	4	Отработка навыков
43.	У	8 неделя	Компас и GPS: совместное использование, типичные ошибки и аварийные алгоритмы	4	Направление сторон света
44.	У	9 неделя	Подготовка к соревнованиям	4	Подготовка
45.	СК	10 неделя	Поход	4	Фотоотчёт

46.	У	11 неделя	Узлы для крепления и фиксации: восьмёрка, проводник, австрийский проводник и т.д	4	Зачет по узлам
47.	У	12 неделя	Узлы для крепления и фиксации: восьмёрка, проводник, австрийский проводник и т.д	4	закрепить тент/палатку под ветер, организовать учебную переправу
48.	У	13 неделя	Поход	4	Фотоотчет
49.	У	14 неделя	Сравнение узлов по назначению, скорости вязки, надёжности под нагрузкой.	4	Зачет по узлам
50.	У	15 неделя	Внутренние соревнования по узлам	4	Соревнования
51.	У	16 неделя	Подготовка к соревнованиям	4	Соревнования
52.	СК	17 неделя	Участие в соревнованиях	4	Соревнования. Рейтинг
Итого за первое полугодие				68	
Второе полугодие					
53.	У	18 неделя	Первая помощь и действия в нештатных ситуациях Первая помощь в походе	4	Тест с фото: определить 10 средств и их применение
54.	У	19 неделя	Действия в нештатных ситуациях.	4	Ролевая игра: отработать алгоритм на манекене/партнёре (по этапам)
55.	У	20 неделя	Поход	4	Фотоотчет
56.	У	21 неделя	Техника пешеходного туризма.	4	Подготовка
57.	У	22 неделя	Тренировка на скалодроме	4	Подготовка
58.	У	23 неделя	Чтение рельефа и работа с картой: горизонтали, ориентиры, расчёт расстояний	4	Топографический диктант
59.	У	24 неделя	Элементы дистанции и техника движения на сложном рельефе	4	Станционные зачёты: пройти этапы с фиксацией времени и ошибок
60.	У	25 неделя	Элементы дистанции и техника движения на сложном рельефе	4	Станционные зачёты: пройти этапы с фиксацией времени и ошибок
61.	У	26 неделя	Тренировка на скалодроме	4	Разбор ошибок
62.	У	27 неделя	Тренировка на этапах	4	Тренировка
63.	У	28 неделя	Повторение изученного материала	4	Станционные зачёты: пройти этапы с фиксацией времени и

					ошибок
64.	СК	29 неделя	Поход	4	Походная документация
65.	У	30 неделя	Работа в связке/паре на дистанции	4	Практический норматив: организовать страховку на учебной станции, проверить узлы, снять станцию
66.	У	31 неделя	Работа в связке/паре на дистанции	4	Проверка ошибок
67.	У	32 неделя	Тренировка на скалодроме	4	Тренировка
68.	А	33 неделя	Подготовка к походу	4	Подготовка
69.	АВ	34 неделя	Подготовка к походу	4	Подготовка
70.	А	35 неделя	Подготовка к походу	4	Подготовка
36.	СК	36 неделя	Поход	4	Походная документация
Итого за второе полугодие				76	
Итого за год				144	

Приложение 2.

Календарный план воспитательной работы

№	Мероприятие	Форма организации	Сроки проведения
Сентябрь			
1	День знаний	Игра	1 сентября
2	День солидарности в борьбе с терроризмом	Видеофильм	3 сентября
3	Международный день распространения грамотности	Беседа	6 сентября
4	День воссоединения ДНР, ЛНР, Херсонской и Запорожской областей с Россией	Музейный урок	30 сентября
5	Собрания детских и родительских коллективов	Встреча	В течение месяца
Октябрь			
1	Международный день пожилых людей	Встреча	1 октября
2	Международный день музыки	Челлендж	1 октября
3	День защиты животных	Видеофильм	4 октября
4	День учителя	Челлендж	5 октября
5	День отца	Беседа	20 октября
6	Открытие творческого сезона	Концерт	В течение месяца
Ноябрь			
1	День народного единства	Акция	4 ноября

2	День матери	Видеофильм, встреча	24 ноября
3	День государственного герба РФ	Акция, видеофильм	30 ноября
Декабрь			
1	День неизвестного солдата	Беседа	3 декабря
2	Международный день инвалида	Беседа	3 декабря
3	День добровольца в России	Видеофильм	5 декабря
4	День Героев Отечества	Видеофильм	9 декабря
5	День конституции РФ	Квиз	12 декабря
6	Новогодняя кампания ЦВР	Спектакль	20-28 декабря
Январь			
1	День российского студенчества	Встреча	25 января
2	День блокады Ленинграда	Видеофильм	27 января
3	День памяти жертв Холокоста	Видеофильм	27 января
Февраль			
1	День российской науки	Викторина	8 февраля
2	Международный день родного языка	Викторина	21 февраля
3	День защитника Отечества	Акция	23 февраля
Март			
1	Международный женский день	Концерт	8 марта
2	День воссоединения Крыма с Россией	Музейный урок	18 марта
3	Всемирный день театра	Спектакль	27 марта
Апрель			
1	Всемирный день здоровья	День здоровья	7 апреля
2	День космонавтики	Музейный урок, квиз	12 апреля
3	День памяти о геноциде советского народа	Музейный урок	19 апреля
Май			
1	Праздник Весны и Труда	Музейный урок	1 мая
2	День Победы	Видеофильм, беседа	9 мая
3	День детских общественных организаций	Беседа	19 мая
4	День славянской письменности и культуры	Викторина	24 мая
5	Прием выпускников директором ЦВР	Торжественный прием	3 неделя мая

Приложение 2.

Тематика мероприятий с учащимися по комплексной безопасности в течение учебного года с записью в журнале

№	Тематика бесед и возможные формы проведения	Сроки проведения
Дорожная безопасность		
1	Всероссийская неделя безопасности дорожного движения	Сентябрь, май
2	Экскурсии «Безопасный перекресток» (план перехода дороги к Клуу туристов) Изучение схем маршрутов движения обучающихся от дома до МАУ ДО «ЦВР» и обратно (младшие школьники 1-5 класс)	Сентябрь, май
3	Викторина «Добрые дороги детства» – правила дорожной безопасности	Октябрь, апрель
4	«Осторожно гололед» – беседы, викторины	Ноябрь, март
5	Месячник безопасности – просмотр обучающих фильмов с	Ноябрь, март

	комментариями	
6	«Внимание горка» – викторины, конкурсы, беседы, просмотр видеоматериалов	Декабрь, январь, февраль
7	Акция «Светлячок» – популяризация светоотражающих знаков (викторины, конкурсы рисунков и т.д.)	Октябрь, декабрь, март
8	«Каникулы без опасности» – викторины, конкурсы рисунков по дорожной безопасности	Ноябрь, январь, март, май
Противопожарная безопасность		
1	Викторина «Пожарная азбука», конкурсы рисунков, просмотр мультфильмов и др.	Сентябрь, апрель
2	Беседы: «Правила пожарной безопасности в учреждении и дома», «Порядок обращения с огнем в лесах, парках, походах, развлекательных мероприятиях, связанных с разведением костров».	Октябрь, апрель
3	Тематические часы «Не допусти пожара», «Правила поведения во время пожара», «Пожар в лесу»	Ноябрь, март, апрель
4	Викторина «Безопасный огонек» – правила пожарной безопасности в общественных местах во время массовых мероприятий	Декабрь, январь
5	«Каникулы без опасности» – викторины, беседы, конкурсы по пожарной безопасности	Ноябрь, январь, март, май
Здоровье и профилактика		
1	Тематические часы «Здоровье подростка», «Здоровье девушки»	Октябрь, март
2	«Опасные сосульки» – викторины, конкурсы рисунков	Декабрь, март
3	«Полезно – бесполезно» – правильное питание (загадки, беседы, просмотр видеоматериалов)	Январь, апрель
4	«Экологические акции»	Сентябрь, апрель
5	«Вирусы не страшны» – беседы, просмотры видеоматериалов	Ноябрь, январь, апрель
Безопасность		
1	Беседы: «Что такое терроризм. Как распознать террориста?», «Как вести себя при угрозе взрыва, при стрельбе, захвате заложников», «Правила безопасности при обнаружении взрывчатых веществ и подозрительных предметов».	Сентябрь, декабрь, март
2	Просмотр видеороликов «Безопасный интернет», «Как защититься от кибербуллинга», «Скулшутинг»	Октябрь, май
3	Проведение медиауроков по теме «Информационная безопасность» и бесед с использованием материалов Интернет-ресурсов.	Декабрь, февраль, март
Профориентация		
1	«Путешествие в мир профессий»	Ноябрь, март
2	«Мир современных профессий» – профориентационные игры	Ноябрь, март
3	Тематические часы «Мир моих интересов», «Профессии с большой перспективой»	Сентябрь-май

Приложение 3

Памятка туриста

Турист должен:

Знать:

- все места, где он жил, живет и путешествует;

- где он находится, свое мест положение относительно сторон света, в каком он природном и экономическом регионе (даже если в этот момент он едет под землей или летит над облаками);

- на какой высоте над уровнем моря стоит или летит.

Уметь:

-хорошо ходить пешком на лыжах, ездить с интересом на любом транспорте, при этом он всегда должен смотреть на ландшафт и уметь видеть ландшафт, людей, погоду, небо, архитектуру;

-слышать звуки ландшафта, слышать его запахи, чувствовать его ногами, руками, всем телом, всей душой;

-путешествовать – это двигаться в пространстве так, чтобы путь одновременно пролегал по земле, в твоей душе и мире знаний;

-видеть по особенному, в близком – далекое, но и близкое в далеком, задумываться над тем, что видит вокруг.

Иметь:

- одежду и обувь для прогулок в ландшафте в любую погоду;

- туристские ботинки, лыжи, штормовку, свитера, теплые носки, компас, рюкзак, котелок,

палатку;

- крепкие ноги, зоркие глаза, хорошую память и трезвый ум;

- иметь образы, картины, схемы мест, карты, фотографии, блокноты (полевые дневники), куда он записывает свои впечатления.

Любить:

- путешествия, впечатления, рассказы о местах путешествия, схемы, пейзажи, фотографии.

Не бывает туриста без любви к самым разнообразным местам, к способам, средствам, навыкам постижения этого разнообразия и приобщения к нему.

Настоящим туристом можно стать только по зову сердца, туристом можно быть постоянно или не быть вообще. С природой у туриста связаны знания, умения, имущество, и любовь.

Заповеди туриста

-Учись понимать природу, стань ее другом и защитником.

-Радуйся красоте природы, не навреди ей своим небрежным отношением.

-На лоне природы води себя тихо и незаметно: смотри, слушай, не шуми.

-Пользуйся любым случаем для того, чтобы сделать для природы что-либо полезное.

-Будь другом всех живых существ, не мучай и не убивай животных.

-Охраняй чистоту вод, заботься о колодцах и родниках.

-Следи за чистотой природной силы и не оставляй после себя следов пребывания в ней.

-Помогай тем, кто заботится о природе, защищай ее от вредителей и несознательных туристов.

Список необходимого снаряжения

Групповое снаряжение: палатки, тент, котелки, топор, медаптечка, техаптечка, примус, веревки, карабины, спусковые устройства.

Личное снаряжение: спальник, запасная обувь, носки, спортивный костюм, штормовой костюм,

куртка теплая, шапочка теплая, рюкзак, гермомешок, система страховочная, каска, репшнур,

кольцо-репшнур, рабочие рукавицы, накидки от дождя, нож, фонарь, компас.

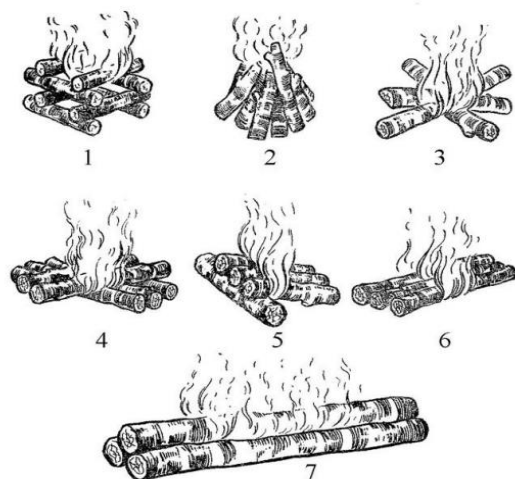
Комплект снаряжения и набор продуктов питания должны позволять командам принимать участие в походах и соревнованиях при любых погодных условиях.

Оборудование для краеведческой работы:

Компас, компас горный, геологический молоток, папка для гербария, лупа, бинокль, термометры (воздушный, почвенный, водный), флюгер, осадкомер, рулетка, снегомерная рейка, планшет для съемки местности, магнитофон, фотоаппарат, радиометры и дозиметры бытовые, гербарии растений, коллекции минералов и горных пород, карты, таблицы, видеофильмы, диапозитивы, фотографии

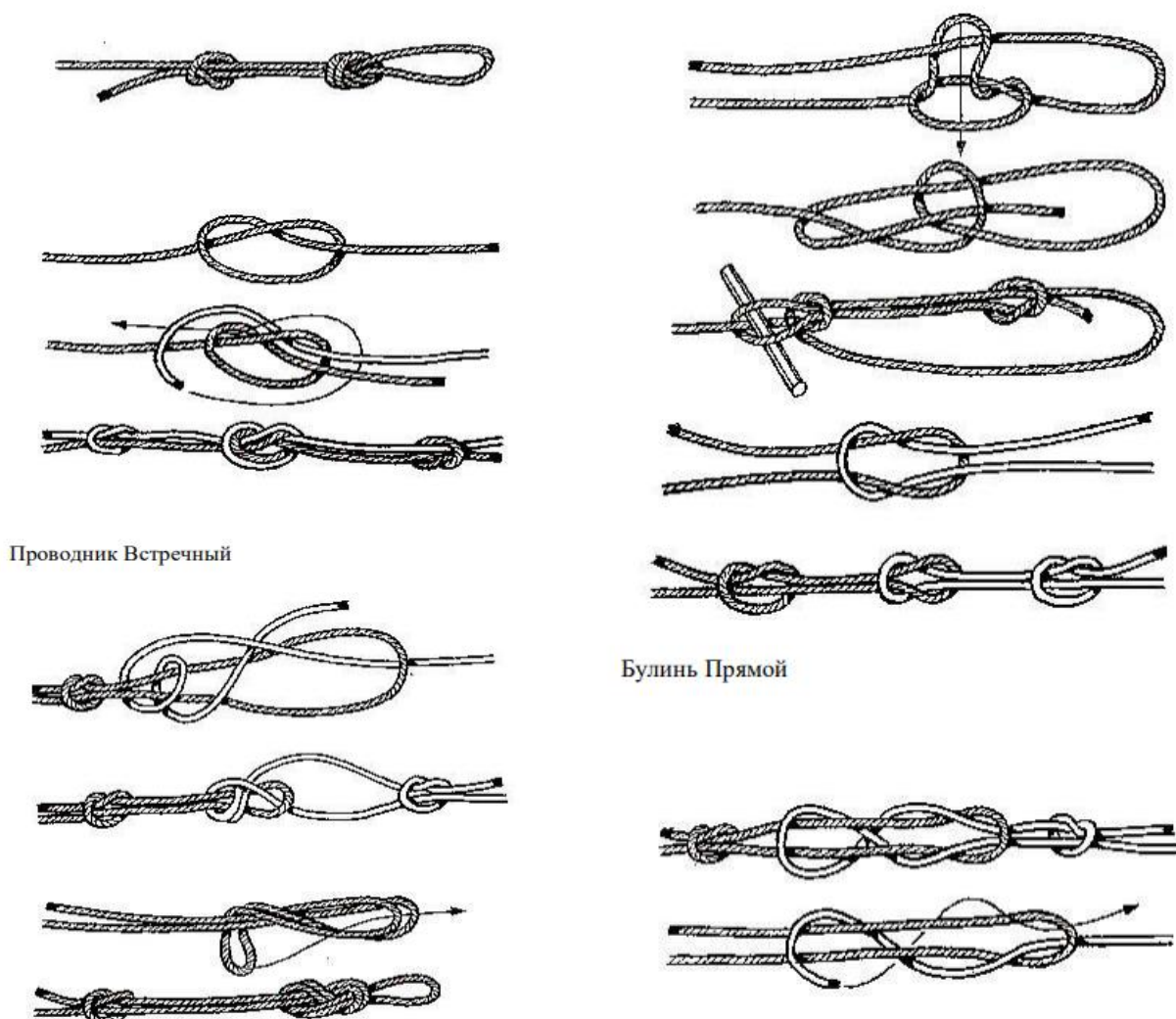
Приложение 4

Виды костров.



Виды костров: 1—колодец; 2—шалашик; 3—звёздный;
4—таёжный -1; 5—таёжный -2; 6—таёжный -3;
7—большой таёжный из брёвен

Приложение 5



Проводник Встречный

Булинь Прямой

Приложение 6

Туристские игры

Игры на местности очень популярны у детей. Они укрепляют здоровье, воспитывают инициативу, наблюдательность, внимание, зрительную память, находчивость, решительность в действиях. Игры учат умению ориентироваться на местности по солнцу, компасу, маскироваться, ползать по-пластунски, «читать» следы и дорожные знаки, знать приемы сигнализации.

Начинать надо с простых игр, а затем переходить к более сложным. Обычно игры проходят в виде соревнования между отдельными игроками или небольшими группами. Для коллективных игр характерна всё время меняющаяся ситуация, требующая быстроты реакции.

Для проведения игр нужно хорошо подготовиться. Очень важна предварительная подготовка.

Нужен разнообразный инвентарь: щиты, флажки, палатки, компасы и т.д.

«Эстафета «Рюкзачок бежит по кругу»

Ведущий подает сигнал, по которому дети начинают передавать рюкзачок друг другу по кругу.

По второму сигналу движение рюкзачка прекращается. Тот, у кого оказался рюкзачок, должен его быстро надеть. Дети вместе с водящим начинают счет до тех пор, пока ребенок не наденет рюкзачок. Игра продолжается. Отмечаются дети, затратившие на надевание рюкзачка меньшее количество времени.

Подвижная игра «Найди свой рюкзачок»

Участники игры по сигналу разбегаются по полянке, услышав второй сигнал, быстро возвращаются к своему рюкзачку и берут его в руки. Игра повторяется 2-3 раза. Отмечаются дети, быстро нашедшие свои рюкзачки.

«Отгадай»

На туристический слет съехались разные туристы: пешие, водные, велотуристы, мототуристы и т.д. (их изображают дети). По сигналу педагога они выходят на середину площадки и имитируют действия своих героев согласно принятой роли. Судья (водящий) должен узнать, какие туристы приехали на слет. Игрок, наиболее точно и выразительно выполняющий свою роль, становится водящим.

«Ориентирование без карты»

Играющие разбиваются на две группы. В каждой группе игроки делятся на пары. Руководитель предлагает первой паре определить стороны света по деревьям, другая пара определяет по солнцу, третья — по часам, четвертая — по компасу, пятая — по пням и т.д. Для каждой группы задания даются одинаковые, но каждая новая пара определяет стороны света с нового места. Кто правильнее и быстрее выполнит задание, тот получает очко. Выигрывает та группа, пары которой в сумме наберут больше очков.

«Соревнование топографов»

Для многих игр важно уметь читать карту, быстро и правильно определять стороны горизонта. Эта игра готовится заранее. На середине большой поляны или футбольного поля ставится щит с буквой «А». От него по сторонам света (промежуточные стороны горизонта) на различных расстояниях ставят пять-шесть щитов с другими буквами. Первоначально в игре участвует столько ребят, сколько щитов расставлено по кругу. У каждого компас. По сигналу руководителя участники игры, стоя в центре, определяют последовательно стороны горизонта, а затем шагами меряют расстояния до щитов.

Игра «Шагомер»

Перед каждой командой руководитель ставит кегли на некотором расстоянии от направляющего. Направляющий должен сказать, сколько шагов до кегли. Затем каждый направляющий выполняет шаги-мерки до кегли. Кто оказался прав, тот приносит команде одно очко. Затем кеглю переставляют дальше или ближе и игру продолжают следующие участники.

Игры и задания по ходу движения, игры-упражнения на увеличение интенсивности двигательной активности.

«Ниточка-иглочка»

Дети идут (бегут) в колонне по одному за педагогом и по сигналу выполняют разнообразные задания: бег змейкой между деревьями, ходьба и бег по бревну, прыжки с пенька, подлезание под ветки и т.п.

«Зеркало»

Идя по маршруту, руководитель молча выполняет те или иные движения — дети их копируют (разные положения рук, прыжки с продвижением вперед, разные виды ходьбы и пр.).

«Смена направляющих»

Дети движутся в колонне по одному. Руководитель называет имя ребенка, который должен бегом занять место направляющего.

«Воротца»

Дети становятся парами и идут в обход зала (площадки), держась за руки. На сигнал педагога «Стоп!» все останавливаются и поднимают руки вверх, образуя воротца. Первая

пара поворачивается кругом, пробегает под воротцами до конца колонны и встает последней, говоря: «Готово!». Дети опускают руки и продолжают ходьбу до нового сигнала педагога.

«Замкнутый круг»

По сигналу педагога (хлопок, свисток) направляющий, а за ним и вся колонна догоняют замыкающего и продолжают движение до тех пор, пока не окажутся на своем месте.

«Следопыты»

Дети самостоятельно, ориентируясь по заранее разложенным указателям (флажкам, ленточкам, стрелкам), должны найти дорогу на поляну. Направляющие меняются по сигналу педагога «Внимание»: встать в колонне и запомнить свой порядковый номер. Педагог называет порядковый номер, ученик приседает. Когда все окажутся в приседе, педагог продолжает называть порядковые номера, а дети встают.

Игра «Ушки на макушке».

Дети строятся по туристским группам в колонны по одному. Каждый запоминает свой порядковый номер (или походную должность: например, 1 - ответственный за питание, 2 - эколог и т.д.). Педагог называет номер (или походную должность), из каждой команды выбегает соответствующий ученик, обегает предмет, лежащий на расстоянии 7 м. и возвращается к своей команде. Прибежавший первым приносит своей команде одно очко, прибежавший вторым - два очка и т.д. Затем педагог называет другой номер (походную должность) - и игра продолжается. Выигрывает команда, набравшая наименьшее количество очков.

Игра «Надежная связка».

Каждая команда строится в колонну по два, пара берется за руки. По сигналу педагога первые пары бегут к мячу, лежащему на расстоянии 7 м. Не расцепляя рук, обегают его и возвращаются к своей команде. Встают в конце колонны. Затем продолжает игру следующая пара. Выигрывает команда, которая первая закончила бег и показала надежность своих «связок».

Игра «Ох, ух, эх».

Команды выстраиваются в шеренги. Первые в шеренгах выполняют прыжок на двух ногах в длину. Место приземления отмечается. Затем прыжок выполняют следующие в шеренгах игроки.

Если игрок не допрыгивает до отметки первого, он говорит «ох»; если допрыгнет - «ух»; если перепрыгнет - «эх». Когда все закончат прыжки, подсчитывают, сколько в команде «охов», «ухов», «эхов». Затем игра начинается с другого конца шеренги.

Игра «Вороны - воробьи».

Дети становятся в две шеренги на середине зала спиной друг к другу на расстоянии 2 м. Если педагог называет «вороны», убегают дети, стоящие в первой шеренге, а «воробьи» стоящие во второй шеренге стараются догнать и осалить их. Те, кого осалили, переходят во вторую шеренгу.

Если педагог называет «Воробьи», то убегают дети, стоящие во второй шеренге.

Приложение 7

Виды полиспаста

