

Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Детско-юношеский центр»  
Новоуральского городского округа

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «30» августа 2019 г.



Утверждаю:  
Директор МБУ ДО «ДЮЦ» НГО  
Гороховская О.В.  
«30» августа 2019 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа туристско-краеведческой направленности  
**«Школа туризма»**

Возраст обучающихся: 6-18 лет  
Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:  
Воронова  
Екатерина Вячеславовна,  
педагог дополнительного  
образования

г. Новоуральск, 2019г.

# **I.Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

## **1.1.Пояснительная записка**

### **Направленность программы**

Направленность программы - туристско-краеведческая.

### **Новизна программы**

Содержание программы предоставляет возможность обучающимся изучать основы туристской подготовки и краеведения, а также заниматься поисково-исследовательской и проектной деятельностью.

### **Актуальность программы**

Занятия туризмом, участие в походах формируют у ребенка интерес и привязанность к родному краю, патриотические чувства, историческое сознание, социальную активность.

Из всего многообразия форм туристско-краеведческой деятельности, туристские походы являются привлекательными для детей, когда оживают и получают совершенно новое звучание многие знания, приобретенные на уроках природоведения, географии, биологии, ОБЖ. Главная отличительная особенность походов в том, что они доступны и полезны любому здоровому человеку независимо от возраста и физического развития, представляют, большую свободу в выборе маршрута в соответствии с эстетическими, познавательными и культурными потребностями участников путешествия.

Старшие дети помогают в обучении младших, новичков. Эта деятельность может стать определяющей в выборе будущей профессии.

Поскольку туризм неотделим от краеведческой работы, то есть углубленного изучения во время походов истории, природы и культуры родного края- своей малой родины, о нем можно говорить не только как об уникальном оздоровительном комплексе, но и как о важнейшем средстве культурно-патриотического воспитания.

Кроме того, в наше непростое время, когда многократно возросла опасность природных и техногенных катастроф, террористических актов, необходимо использовать возможности туризма для подготовки обучающихся к действиям в условиях экстремальных ситуаций.

Растущая отчужденность между людьми вызывает необходимость использовать возможности туризма для формирования коллективизма, взаимовыручки и других социальных умений.

Отличительной особенностью программы является, прежде всего, ее комплексность, которая дает возможность обучающимся осуществлять ряд осознанных выборов, способных в дальнейшем помочь определить профессию и, может быть, жизненный путь.

### **Педагогическая целесообразность программы**

Туризм во всех его формах способствует развитию личности ребенка.

В настоящее время под влиянием многочисленных факторов социально-экономического характера, в том числе и недостаточной физической активности, здоровье детей и молодёжи ухудшается. Благополучие детей неразрывно связано с созданием необходимых условий для их воспитания, обучения и духовного развития. Одним из таких условий может быть занятие туризмом, который имеет воспитательное, обучающее, оздоровительное и общекультурное значение, с одной стороны, и формирует у учащихся отношение к себе, содействует воспитанию волевых и моральных качеств, развивает понятие необходимости укрепления здоровья, самосовершенствования, с другой стороны.

### **Отличительные особенности программы**

Изложение учебного материала в программе построено по принципу от простого к сложному. На протяжении трех лет освоения образовательной программы обучающиеся совершенствуют свои умения и навыки организации туристского быта, техники туризма, ориентирования. Со второго года обучения предполагается углубленное изучение тем туристской подготовки, специализации пешеходного туризма, основ выживания в природной среде. Т.к. в нашем регионе половина года приходится на зиму, то на третьем году начинаем изучать лыжный туризм на базе пешеходного туризма.

Полученные знания позволяют обучающимся лучше адаптироваться в условиях социальной среды, а также в экстремальных условиях природной среды, значительно расширить кругозор и углубить знания и представления об окружающем мире.

Посредством разнообразных форм привлечения детей к туризму возможно эффективно решать задачи развития личности ребенка, оздоровления, самопознания и самореализации, выработки адекватной самооценки.

### **Цель**

развитие социально-активной личности ребенка, владеющего знанием родного края, обладающего культурой здорового образа жизни.

### **Задачи**

#### **Обучающие:**

Формирование теоретических знаний по начальной туристской подготовке и краеведению.

Формирование практических умений по начальной туристской подготовке и краеведению.

#### **Развивающие**

Развитие тактического мышления.

Развитие инициативности и самостоятельности.

Развитие умений организации учебной деятельности.

#### **Воспитательные:**

Развитие российской гражданской идентичности, патриотизма, гордости за свой край, свою Родину.

Развитие навыков сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной деятельности.

Развитие нравственного сознания и поведения на основе усвоения общечеловеческих ценностей.

Принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни.

Воспитание бережного отношения к природе.

### **Возраст обучающихся**

Программа адресована детям 6-18 лет. По составу группы могут быть разновозрастными.

### **Сроки реализации программы**

Программа рассчитана на 3 года обучения.

### **Объем программы**

На 2019-2020 учебный год

1 год- 72 часа

2 год- 72 часа

3 год-72 часа

### **Режим занятий**

1год - 2 раза в неделю по 1 часу;

2год - 2 раза в неделю по 1 часу;

3год - 1 раз в неделю по 2 часа;

### **Формы занятий**

Групповая.

Индивидуальная- поисково-исследовательская и проектная деятельность.

Теоретические и практические занятия, экскурсия, поход, игра, соревнование, конкурс, викторина, организация наблюдений.

### **Методы**

Словесные:

- объяснение -последовательное, строгое в логическом отношении изложение преподавателем сложных вопросов, понятий, правил;

- беседа - вопросно-ответная форма взаимного обмена информацией между преподавателем и учащимися;

- разбор - форма беседы, проводимая преподавателем с учащимися после выполнения какого-либо задания, участия в соревнованиях, игровой деятельности и т.д.;

- лекция- представляет собой системное, всестороннее, последовательное освещение определенной темы;

- инструктирование - точное, конкретное изложение преподавателем предлагаемого задания.

-наглядный - показ;

- практический (тренировочные упражнения, практическая отработка полученных знаний - узлы, ориентирование).

-игра.

При проведении экскурсий, походов частично-поисковый метод.

При закреплении определенных навыков используются методы - упражнения, приучения, наблюдения, воспитывающей ситуации.

Не менее важно использование в процессе реализации программы методов стимулирования и мотивации – соревнование, познавательная игра, поощрение, наказание.

Учебный план первого года обучения предусматривает обучение ребят азбуке туризма - сообщение им начальных сведений по организационным вопросам подготовки и проведения походов, основных сведений о своем крае, элементарных понятий об ориентировании на местности, знаний основ топографии, общей физической подготовке, гигиены туриста, первой доврачебной помощи.

Учебный план второго года обучения направлен на совершенствование полученных знаний, умений и навыков, приобретенных в курсе начальной туристской подготовки, углубление и расширение знаний, полученных на первом году занятий, дальнейшее накопление опыта, совершенствование навыков и умений, необходимых каждому грамотному и культурному путешественнику.

Процесс обучения идет по спирали: возвращаясь к старым темам, ребята углубляют знания правил организации самостоятельных походов, детальнее изучают вопросы топографии и ориентирования, техники и тактики пешеходного туризма, вопросы туристского хозяйства, гигиены и медицинской помощи в походных условиях. Практические занятия строятся так, чтобы ребята научились все делать самостоятельно.

В воспитании грамотных туристов огромное значение имеют разборы походов. Удачно проведенный разбор итогов похода учит ребят думать, критически относиться к себе и товарищам, заставляет осмыслить поток информации, полученной во время похода.

### **Планируемые результаты обучения по программе**

#### **Предметные**

Сформированность теоретических знаний по начальной туристской подготовке и краеведению.

Сформированность практических умений по начальной туристской подготовке и краеведению.

#### **Метапредметные**

Уметь самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях.

Уметь продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты.

Владеть навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности.

Готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации.

Владеть языковыми средствами – умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства.

### **Личностные**

Развитие российской гражданской идентичности, патриотизма, гордости за свой край, свою Родину.

Развитие навыков сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной деятельности.

Развитие нравственного сознания и поведения на основе усвоения общечеловеческих ценностей.

Принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни.

Воспитание бережного отношения к природе.

## **1.2 Содержание программы**

### **Задачи 1 года обучения**

#### **Обучающие**

##### **знать**

-основы начальной туристкой подготовки

- понятие «туризм», виды туризма, туристские должности в группе, меры безопасности в походе, личное и групповое туристское снаряжение, тактика движения на местности в пешем походе, способы преодоления различных препятствий.

-понятие о карте, топографические знаки, масштаб и его виды, компас, азимут, способы ориентирования по местным признакам.

-питьевой режим в походе, организацию питания в походах разной продолжительности, грибы и растения.

- меры безопасности в походе, факторы выживания и риска.

-общие представления о самоконтроле и доврачебной медицинской помощи;

##### **уметь**

-разработать маршрут похода выходного дня, составить план похода.

- ориентироваться по карте и компасу.

- оказывать элементарную медицинскую помощь;

- ориентироваться в городе.

- ставить палатку.

-собирать рюкзак.

#### **Развивающие**

Развитие тактического мышления.

Развитие инициативности и самостоятельности.

Развитие умений организации учебной деятельности.

### **Воспитательные**

Развитие российской гражданской идентичности, патриотизма, гордости за свой край, свою Родину.

Развитие навыков сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной деятельности.

Развитие нравственного сознания и поведения на основе усвоения общечеловеческих ценностей.

Принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни.

Воспитание бережного отношения к природе

## **Учебный план I год обучения**

№	Название раздела, темы	Количество часов			Форма организации занятий	Формы аттестации контроля
		Все го	Тео рия	Пр акт ика		
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	1		рассказ инструктаж	опрос тестирование
2.	Туристские путешествия	2	1	1	рассказ беседа игра- викторина	опрос
3.	Краеведение. Туристские возможности родного края.	4	2	2	рассказ беседа игра экскурсия	опрос
4.	Пешеходный туризм Техника безопасности и правила поведения в лесу.	2	1	1	рассказ беседа ролевая игра	опрос
5.	Туристское снаряжение: личное и групповое. Упаковка снаряжения.	6	2	4	рассказ беседа игра упражнение	опрос наблюдение
6.	Одежда и обувь. Ремнабор.	2	1	1	рассказ беседа игра	опрос наблюдение
7.	Специальная туристская подготовка.	16	6	10	рассказ беседа упражнение	опрос наблюдение
8.	Ориентирование на местности.	8	2	6	рассказ беседа	опрос наблюдение

					упражнение	ние
9.	Обеспечение питанием и водой в походе	4	2	2	рассказ беседа игра упражнение	опрос наблюдение
10.	Элементы школы выживания.	8	3	5	рассказ беседа соревнование упражнение	опрос наблюдение
11.	Основы гигиены и первая доврачебная помощь.	4	2	2	рассказ беседа упражнение	опрос наблюдение
12.	Подготовка похода	11	4	7	рассказ беседа упражнения	опрос наблюдение
13.	Итоговое занятие	4	2	2		Контрольные упражнения зачет
		72	29	43		

## Содержание программы 1 года обучения

### 1. Вводное занятие.

Введение в программу. Знакомство с целями, задачами, основными темами программы 1 года обучения. Инструктаж по технике безопасности, правила поведения на занятиях.

### Тема 2. Туристские путешествия.

Теория: Понятие «туризм». Чем полезны и интересны походы и путешествия. Виды туризма. Законы, правила, нормы поведения юных туристов.

Практика: игра-викторина «Юный турист».

### Тема 3. Краеведение. Туристские возможности родного края.

Теория. История города Новоуральска, памятные события, происходившие на его территории. Экскурсионные объекты на территории города.

Практика. Экскурсия в музей.

### Тема 4. Пешеходный туризм. Техника безопасности и правила поведения в лесу.

Теория. Туристские должности в группе. Должности постоянные. Временные обязанности: костровой, повар, направляющий, замыкающий и др.; дежурные по кухне их обязанности. Обязанности направляющего и замыкающего. Техника безопасности в походах. Правила пожарной

безопасности. Правила поведения в горящем лесу. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий.

Практика. Ролевая игра «Мой первый поход».

### **Тема 5. Туристское снаряжение: личное и групповое. Упаковка снаряжения.**

Теория. Личное снаряжение туриста пешеходника, перечень основных предметов. Правила ухода за личным снаряжением. Ремонт снаряжения. Правила укладки рюкзака. Групповое снаряжение туристов: палатки, спальники, костровое снаряжение, тенты, аптечка, ремонтный набор, хозяйственный набор и т. д. Ремонт снаряжения. Тип палаток и их постройка.

Практика. Игра «Что взять с собой в поход». Упаковка снаряжения, Постройка палатки.

### **Тема 6. Одежда и обувь. Ремнабор.**

Теория. Гигиенические требования к одежде занимающихся. Особенности подбора одежды и обуви.

Практика. Игра «Что? Где? Когда?»

### **Тема 7. Специальная туристская подготовка.**

Теория. Тактика движения на местности в пешем походе. Способы преодоления различных препятствий. Отработка техники движения на маршруте. Отработка техники движения по дорогам, тропам. Режим движения. Темп движения. Привалы. Продолжительность и периодичность привалов. Движение по заболоченным участкам, по лесу. Преодоление завалов, зарослей, кустарников. Правильная организация движения группы на маршруте (пеший поход). Движение по дорогам, тропам, по пересеченной местности. Организация самостоятельной страховки. Правила поведения при поездках группы на транспорте. Узлы.

Практика. Вязка узлов.

### **Тема 8. Ориентирование на местности.**

Теория. Понятие о карте. Топографические знаки: знаки равнин, знаки гор, водные знаки. Масштаб и его виды. Компас. Азимуты – прямой и обратный. Определение азимута. Способы ориентирования по местным признакам.

Практика. Чтение и изображение топонимов. Расчет расстояний по карте с помощью линейки, нитки. Определение азимута. Разработка похода. Движение по азимуту. Измерение расстояния «на глаз» и шагами. Топографический диктант.

### **Тема 9. Обеспечение питанием и водой в походе.**

Теория. Режим питания в походе. Обеспечение питанием и водой в походе. Организация питания в походах разной продолжительности. Правила приготовления походных блюд. Изучение грибов и растений.

Практика. Игра «Знаток природы». Составление меню и раскладка продуктов для похода. Распределение веса на маршрут.

### **Тема 10. Элементы школы выживания.**

Теория. Обеспечение мер безопасности в походе. Основные причины возникновения аварийных ситуаций и нарушения мер безопасности. Факторы выживания. Факторы риска: холод, жара, голод, одиночество, жажда, переутомление, физическая боль, уныние, страх.

Практика. Соревнования « Кто наблюдательней». Вербочный курс.

### **Тема 11. Основы гигиены и первая доврачебная помощь.**

Теория. Общие гигиенические требования в походе. Требования к одежде и обуви. Питьевой режим. Обеззараживание воды. Виды повязок. Вывихи. Раны и ссадины. Переломы. Укусы змеи и насекомых. Аптечка. Как вызвать спасателей в ЧЗС.

Практика. Наложение повязки на рану.

### **Тема 12. Подготовка похода.**

Теория. Разработка маршрута, составление плана похода, сметы расходов. Изучение района похода. Природоохранная деятельность туриста. Подбор личного и группового снаряжения. Значение дисциплины в походе. Расчет питания.

Практика. Разработка маршрута. Подготовка снаряжения. Распределение обязанностей.

### **Тема 13. Итоговое занятие.**

Контрольные упражнения. Зачет.

## **Планируемые результаты 1 года обучения**

### **Предметные**

#### **знать**

- основы начальной туристской подготовки
- понятие «туризм», виды туризма, туристские должности в группе, меры безопасности в походе, личное и групповое туристское снаряжение, тактика движения на местности в пешем походе, способы преодоления различных препятствий.
- понятие о карте, топографические знаки, масштаб и его виды, компас, азимут, способы ориентирования по местным признакам.
- питьевой режим в походе, организацию питания в походах разной продолжительности, грибы и растения.
- меры безопасности в походе, факторы выживания и риска.
- общие представления о самоконтроле и доврачебной медицинской помощи;

#### **уметь**

- разработать маршрут, составить план похода.
- ориентироваться по карте и компасу.
- оказывать элементарную медицинскую помощь;
- ориентироваться в городе.
- вязать узлы.
- ставить палатку.
- собирать рюкзак.

## **Метапредметные**

Уметь самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях.

Уметь продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты.

Владеть навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности.

Готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации.

Владеть языковыми средствами – умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства.

## **Личностные**

Развитие российской гражданской идентичности, патриотизма, гордости за свой край, свою Родину.

Развитие навыков сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной деятельности.

Развитие нравственного сознания и поведения на основе усвоения общечеловеческих ценностей.

Принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни.  
Воспитание бережного отношения к природе.

## **Задачи 2 года обучения**

### **Обучающие**

#### **Развивающие**

Развитие тактического мышления.

Развитие инициативности и самостоятельности.

Развитие умений организации учебной деятельности

#### **Воспитательные**

Развитие российской гражданской идентичности, патриотизма, гордости за свой край, свою Родину.

Развитие навыков сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной деятельности.

Развитие нравственного сознания и поведения на основе усвоения общечеловеческих ценностей.

Принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни.  
Воспитание бережного отношения к природе.

**Учебный план  
2 год обучения**

№	Название раздела, темы	Количество часов			Форма организации занятий	Формы аттестации контроля
		Всего	Теория	Практика		
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	1		рассказ инструктаж	опрос тестирование
2	Туристские путешествия	2	1	1	рассказ беседа игра- викторина	опрос
3.	Краеведение. Туристские возможности родного края.	4	2	2	рассказ беседа игра	опрос
4.	Пешеходный туризм Техника безопасности и правила поведения в лесу. Что делать, если ты потерялся?	2	1	1	рассказ беседа игра викторина	опрос
5.	Туристское снаряжение: личное и групповое. Упаковка снаряжения.	6	2	4	рассказ беседа практ упражнения	опрос наблюдение
6.	Одежда и обувь. Ремонт личного и общественного снаряжения в походе. Ремнабор.	2	1	1	рассказ беседа игра	опрос
7.	Специальная туристская подготовка.	16	6	10	рассказ беседа упражнения	опрос наблюдение
8.	Ориентирование на местности.	8	2	6	рассказ беседа игра упражнения	опрос наблюдение
9.	Обеспечение питанием и водой в походе.	4	2	2	рассказ беседа упражнения	опрос наблюдение
10.	Элементы школы выживания.	8	3	5	рассказ беседа	опрос наблюдение

					упражнения	
11.	Основы гигиены и первая доврачебная помощь.	4	2	2	рассказ беседа упражнения	опрос наблюдение
12.	Подготовка похода	11	4	7	рассказ беседа упражнения	опрос наблюдение
13.	Итоговое занятие	4	2	2		Контрольные упражнения зачет
	Итого:	72	29	43		

## Содержание программы 2 года обучения

### 1. Вводное занятие.

Введение в программу. Знакомство с целями, задачами, основными темами программы 2 года обучения. Инструктаж по технике безопасности, правила поведения на занятиях.

### Тема 2. Туристские путешествия.

Теория: Туризм - средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, привития самостоятельности, трудовых и прикладных навыков. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, спелеотуризм, спортивный туризм. Характеристика каждого вида. Экскурсионный и зарубежный туризм.

Практика: экскурсия в городской клуб туристов.

### Тема 3. Краеведение. Туристские возможности родного края.

Теория. Экскурсионные объекты на территории Горнозаводского округа, Свердловской области.

Практика. Познавательная игра «Мой родной край».

### Тема 4. Пешеходный туризм. Техника безопасности и правила поведения в лесу.

Теория. Функции штурмана (характеристика местности по карте, определение крутизны склона по карте и на местности). Функции медика (возможные травмы и способы оказания первой помощи, состав аптечки). Функции коменданта лагеря (гигиена и психология группы, утилизация отходов). Функции снаряженца (выбор оптимального снаряжения для похода разной продолжительности, хранение на базе и в походе). Функции завхоза (составление раскладки продуктов, сохранность продуктов в походе, приготовление разнообразной пищи, баланс веса на весь маршрут).

Функции командира (обеспечение координации деятельности всех должностных лиц на всех этапах похода).

Практика. Сюжетно-ролевая игра «Мой первый поход». Викторина «Опасность и техника безопасности».

### **Тема 5. Туристское снаряжение: личное и групповое. Упаковка снаряжения.**

Теория. Личное снаряжение туриста пешеходника, перечень основных предметов. Правила ухода за личным снаряжением. Ремонт снаряжения. Правила укладки рюкзака. Групповое снаряжение туристов: палатки, спальники, костровое снаряжение, тенты, аптечка, ремонтный набор, хозяйственный набор и т. д. Ремонт снаряжения. Тип палаток и их постройка. Хранение и переноска посуды.

Практика. Упаковка снаряжения. Постройка палатки.

### **Тема 6. Одежда и обувь. Ремнабор.**

Теория. Гигиенические требования к одежде занимающихся. Особенности подбора одежды и обуви.

Практика. Игра «Кто быстрее соберет личные вещи».

### **Тема 7. Специальная туристская подготовка.**

Теория. Вязка узлов. Переправа по бревну. Преодоление условного «болота». Основные приемы страховки. Основные и вспомогательные веревки. Карабины. Правила прохождения технических этапов туристской полосы препятствий.

Практика. Вязание узлов на время. Туристическая полоса препятствий.

### **Тема 8. Ориентирование на местности.**

Теория. Компас. Типы компасов. Устройство компаса. Правила обращения с компасом. Ориентир, что может служить ориентиром. Движение по азимуту, его применение. Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка. Способы ориентирования, действия в случае потери ориентировки. Ориентирование с помощью карты в походе. Движение по легенде (с помощью подробного текстового описания пути). Анализ пройденного маршрута в случае потери ориентировки, возможность ухода на сходную (параллельную) ситуацию. Поиск отличительных ориентиров.

Практика. Игра «Умей ориентироваться».

Упражнения. Ориентирование карты по компасу. Определению азимута движения по тени от Солнца, определение азимута в разное время дня. Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, по Солнцу, Луне, Полярной звезде. Определение точки стояния на спортивной карте, имитация ситуации потери ориентировки, построение алгоритма действий по восстановлению местонахождения.

### **Тема 9. Обеспечение питанием и водой в походе.**

Теория. Значение правильного питания в походе. Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд. Организация питания в походах разной продолжительности. Правила приготовления походных блюд. Питьевой режим на маршруте

Практика. Составление меню, списка продуктов. Распределение веса на маршрут.

#### **Тема 10. Элементы школы выживания.**

Теория. Обеспечение мер безопасности в походе. Основные причины возникновения аварийных ситуаций и нарушения мер безопасности. Факторы выживания. Факторы риска: холод, жара, голод, одиночество, жажда, переутомление, физическая боль, уныние, страх. Тактика выживания. Тактика пассивного выживания. Тактика активного выживания. Схема действия в первые минуты аварии. Правила подачи сигналов бедствия. Сигналы привлечения внимания.

Практика: веревочный курс.

#### **Тема 11. Основы гигиены и первая доврачебная помощь.**

Теория. Что такое самоконтроль. Личная гигиена туриста. Подгонка обуви как предотвращение потертостей мозолей. Умение оказать помощь при потертостях, мозолях, при повреждениях кожи, растяжениях мышц, вывихе сустава. Первая помощь при термических и солнечных ожогах, ожогах растениями. Наложение повязок. Умение организовать транспортировку пострадавшего.

Практика. Оказание первой помощи условно пострадавшему.

#### **Тема 12. Подготовка похода**

Теория. Разработка маршрута, составление плана похода. Изучение района похода. Природоохранная деятельность туриста. Подбор личного и группового снаряжения. Значение дисциплины в походе. Расчет питания.

Практика. Разработка маршрута. Подготовка снаряжения. Распределение обязанностей.

#### **Тема 13. Итоговое занятие.**

Контрольные упражнения. Зачет.

### **Планируемые результаты 2 года обучения**

#### **Предметные**

##### **Знать**

- порядок организации и проведения походов выходного дня;
- основные обязанности членов туристской группы;
- правила поведения вне населенных пунктов;
- основы туристической техники;
- основы топографии и ориентирования;
- иметь общие представления о самоконтроле и доврачебной медицинской помощи;
- опасные и ядовитые растения, растущие в окрестностях города;
- туристические объекты Горнозаводского округа и Свердловской области

##### **Уметь**

- передвигаться по дорогам, тропам в составе группы;

- организовать походный быт, составлять раскладку продуктов для ПВД;
- преодолевать естественные препятствия;
- ориентироваться по карте и компасу
- оказывать первую медицинскую помощь;
- ориентироваться в городе.

### **Метапредметные**

Уметь самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях.

Уметь продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты.

Владеть навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности.

Готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации.

Владеть языковыми средствами – умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства.

### **Личностные**

Развитие российской гражданской идентичности, патриотизма, гордости за свой край, свою Родину.

Развитие навыков сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной деятельности.

Развитие нравственного сознания и поведения на основе усвоения общечеловеческих ценностей.

Принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни.

Воспитание бережного отношения к природе.

### **Задачи 3 года обучения**

#### **Обучающие**

#### **Развивающие**

Развитие тактического мышления.

Развитие инициативности и самостоятельности.

Развитие умений организации учебной деятельности

#### **Воспитательные**

Развитие российской гражданской идентичности, патриотизма, гордости за свой край, свою Родину.

Развитие навыков сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной деятельности.

Развитие нравственного сознания и поведения на основе усвоения общечеловеческих ценностей.

Принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни.

Воспитание бережного отношения к природе.

### Учебный план 3 год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Форма организации занятий	Формы аттестации контроля
		Всего	Теория	Практика		
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	1		рассказ инструктаж	опрос тестирование
2	Организация, подготовка и проведение путешествий 1 - 2 к.с.	4	2	2	рассказ беседа	опрос
3.	Краеведение. Туристские возможности родного края.	2	1	1	рассказ беседа игра	опрос
4.	Лыжный туризм. Стратегия и тактика походов 1 и 2 к.с.	2	1	1	рассказ беседа игра викторина	опрос
5.	Зимнее туристское снаряжение: личное и групповое.	6	2	4	рассказ беседа практ упражнения	опрос наблюдение
6.	Одежда и обувь. Ремонт личного и общественного снаряжения в походе. Ремнабор.	2	1	1	рассказ беседа игра	опрос
7.	Топография.	7	3	4	рассказ беседа упражнения	опрос наблюдение
8.	Ориентирование на местности особенности ориентирования в зимних условиях.	8	2	6	рассказ беседа игра	опрос наблюдение
9.	Обеспечение питанием в лыжном походе.	8	2	6	рассказ беседа упражнения	опрос наблюдение
10.	Техника движения, естественные	13	3	10	рассказ	опрос

	препятствия и способы их преодоления.				беседа упражнения	наблюдение
11.	Гигиена туриста-лыжника. Медицинское обеспечение похода 1-2 к.с. и первая медицинская помощь.	4	2	2	рассказ беседа упражнения	опрос наблюдение
12.	Общая и специальная физическая подготовка туриста-лыжника.	11	4	7	рассказ беседа упражнения	опрос наблюдение
13.	Итоговое занятие	4	2	2		Контрольные упражнения зачет
	Итого:	72	29	43		

## Содержание программы 3 года обучения

### 1. Вводное занятие.

Введение в программу. Знакомство с целями, задачами, основными темами программы 3 года обучения. Инструктаж по технике безопасности, правила поведения на занятиях и в лесу.

### Тема 2. Организация, подготовка и проведение путешествий 1 - 2 к.с.

Этапы подготовки и проведения путешествия: выбор района, времени и определение целей; сбор и изучение информации; комплектование группы (требования к участникам и руководителю) и распределения обязанностей; подбор снаряжения и питания; транспортные вопросы; оформление заявочных и маршрутных документов; действия участников на пути к району путешествия и обратно; подготовка и оформление отчёта. Стратегическая задача походов 1-2 к.сл. – правильная организация быта, взаимное уважение участников маршрута друг к другу. Формула: хорошо организованный отдых, питание и психологический микроклимат в группе – залог успешного прохождения маршрута.

Практика: Разработка маршрута, подготовка снаряжения, распределение обязанностей для многодневного похода 1к.с. в осенние каникулы.

### Тема 3. Краеведение. Туристские возможности родного края.

Теория. Туристические объекты на территории Свердловской области.

Практика. Познавательная игра «Мой родной край».

### Тема 4. Лыжный туризм. Стратегия и тактика походов 1 и 2 к.с.

Теория: Понятие стратегии и тактика похода. Планирование похода: выбор вида маршрута (его относительные преимущества и недостатки, зависимость веса рюкзака от вида маршрута); протяженность маршрута: продолжительность похода, количество дней и резервных дней; распределение по маршруту технически сложных участков; протяженность дневных переходов; запасные участки маршрута. Планирование дневного перехода: график движения, распорядок дня, выбор места бивака. Организация

дневных переходов в различных условиях местности и погоды с учетом физического и морального состояния участников.

Практика. Сюжетно-ролевая игра «Мой первый лыжный поход». Викторина «Опасность и техника безопасности в зимних походах». Разработка маршрута для лыжного похода 1 к.с.

#### **Тема 5. Зимнее туристское снаряжение: личное и групповое.**

Теория. Снаряжение групповое и личное, основные требования к нему: малый вес и объем, хорошая теплоизоляция, прочность, непромокаемость, удобство пользования, надежность в эксплуатации. Различные типы зимних палаток. Спальные принадлежности (коврики, мешки, накидки). Костровой инвентарь (тросик, сетка, варочная посуда, топоры и пилы). Нагревательные и осветительные приборы. Ремонтный набор и ремонт снаряжения на маршруте. Личное снаряжение и требования к нему. Нижняя и верхняя одежда, рукавицы. Обувь и бахилы, подбор обуви, способы её утепления. Лыжи, лыжные палки и крепления. Рюкзаки. Транспортировка снаряжения.

Практика. Подгонка лыж. Постановка зимней палатки. Постройка иглы.

#### **Тема 6. Одежда и обувь. Ремнабор.**

Теория. Гигиенические и практические требования к одежде. Особенности подбора одежды и обуви в лыжный поход.

Практика. Игра «Кто быстрее соберет личные вещи».

#### **Тема 7. Топография.**

Теория. Значение топографии и ориентирования для туристов. Карты, используемые в спортивных походах. План, схема, кроки местности. Основные условные обозначения. Чтение карты и составление схемы маршрута. Изучение местности по карте. Выбор и описание по карте оптимального пути, определение характеристик рек.

Практика. Работа с картами. Проработка зимнего похода на карте.

#### **Тема 8. Ориентирование на местности особенности ориентирования в зимних условиях.**

Теория. Компас. Подготовка данных для движения по азимуту. Истинный (географический) и магнитный меридианы, истинный и магнитный азимут. Склонение. Упрощенная формула определения магнитного азимута. Оформление данных для движения по азимуту в виде таблицы и схемы. Ориентирование на местности с помощью карты, компаса и местных предметов. Определение сторон горизонта по местным предметам, часам и солнцу. Азимут и движение по нему. Ориентирование карты, способы определения точки стояния. Способы выдерживания заданного направления движения. Место руководителя группы или участника, ведущего группу по азимуту. Обход препятствий. Действия при потере ориентировки.

Практика. Игра «Умей ориентироваться».

Упражнения. Ориентирование карты по компасу. Определению аварийного азимута. Определение точки стояния на спортивной карте, имитация ситуации потери ориентировки, построение алгоритма действий по восстановлению местонахождения.

## **Тема 9. Обеспечение питанием в лыжном походе.**

Теория. Значение правильной организации питания в походе. Оценка энергозатрат и основные характеристики суточного питания: калорийность, пищевая ценность и усвояемость; состав пищевых продуктов: белки, жиры, углеводы, витамины, их соотношение в суточном рационе в зависимости от условий похода (основные понятия). Режим питания и его калорийность в зависимости от температурных условий и сложности маршрута. Нормы закладки основных продуктов. Требование к разнообразию питания в походе и к весу продуктов. Совместимость продуктов. Составление меню и раскладка продуктов. Учет их расхода. Способы термообработки пищи. Достоинства и недостатки каждого из них. Различные способы фасовки и транспортировки продуктов, их преимущества и недостатки. Использование сублимированных продуктов и продуктов собственного изготовления, высоко калорийных питательных смесей. Приемы приготовления пищи из сублиматов. "НЗ" продуктов и "карманное питание".

Практика. Составление меню и раскладки для похода 1 к.с. Распределение веса на маршрут.

## **Тема 10. Техника движения, естественные препятствия и способы их преодоления.**

Теория. Наиболее рациональные способы движения на лыжах с рюкзаком по пересеченной местности. Тропление лыжни в зависимости от характера рельефа, погоды, снежного покрова физического состояния участника. Отработка основных приёмов и совершенствования навыков подъемов (обычным шагом, полу-ёлочкой, елочкой, лесенкой, "зигзагом") и спусков (с высокой, средней и низкой стойка, лесенкой и соскальзыванием), поворотов (переступанием, из положения плуга и полу-плуга, на параллельных лыжах) и торможений (поворотом к склону, плугом, полу-плугом) на лыжах с рюкзаком на средних и крутых склонах. Разворот стоя на склоне. Использование тормозящих приспособлений. Меры безопасности: контроль и управление скоростью спуска, остановка падением и самозадержание при падении. Характеристика естественных препятствий в таежной местности и среднегорье. Техника их преодоления и меры безопасности. Опасные места и их признаки.

Практика: Отработка способов движения на лыжах. Оказание помощи провалившемуся в воду.

## **Тема 11. Гигиена туриста-лыжника. Медицинское обеспечение похода 1-2 к.с. и первая медицинская помощь.**

Теория. Личная гигиена в зимнем походе. Гигиенические требования к обуви, одежде, снаряжению. Основные травмы и их предупреждение; заболевания, их симптомы и предупреждения, лечение в походных условиях. Предупреждение переохлаждений и обморожений, контроль и самоконтроль, оказание первой помощи. Медицинская аптечка (групповая и личная) и задачи «медика».

Практика. Оказание первой помощи условно пострадавшему. Изготовление носилок из подручного материала.

## **Тема 12. Общая и специальная физическая подготовка туриста-лыжника.**

Теория: Значение и особенности физической подготовки. Общая и специальная физическая подготовка. Утренняя гимнастика. Рекомендуемые комплексы упражнений для подготовки к лыжному походу. Сопутствующие виды спорта. Закаливание организма. Нормы нагрузок в путешествии.

Практика: Проведение подготовительных тренировок. Тесты для оценки уровня физического развития и тренированности. Экскурсия в клуб любителей зимнего плавания.

## **Тема 13.Итоговое занятие.**

Контрольные упражнения. Зачет.

## **Планируемые результаты 3 года обучения**

### **Предметные**

#### **Знать**

- порядок организации и проведения походов 1 к.с.на лыжах;
- основные обязанности членов туристской группы;
- правила поведения вне населенных пунктов;
- основы туристической техники;
- основы топографии и ориентирования;
- иметь общие представления о самоконтроле и доврачебной медицинской помощи;
- техники движения на лыжах;
- туристические объекты Свердловской области.

#### **Уметь**

- передвигаться на лыжах по тропам и без них в составе группы;
- организовать походный быт, составлять раскладку продуктов для походов 1 к.с.;
- преодолевать естественные препятствия в лыжном походе;
- ориентироваться по карте и компасу, знать аварийный азимут;
- оказывать первую медицинскую помощь;

#### **Метапредметные**

Уметь самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях.

Уметь продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты.

Владеть навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности.

Готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации.

Владеть языковыми средствами – умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства.

**Личностные**

Развитие российской гражданской идентичности, патриотизма, гордости за свой край, свою Родину.

Развитие навыков сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной деятельности.

Развитие нравственного сознания и поведения на основе усвоения общечеловеческих ценностей.

Принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни. Воспитание бережного отношения к природе.

## II. Комплекс организационно- педагогических условий реализации дополнительной общеобразовательной программы.

### 2.1 Календарный учебный график

#### Календарный учебный график для групп 1-го года обучения

Месяц	Сентябрь				Октябрь				Ноябрь				Декабрь				Январь				
	02.09-08.09	09.09-15.09	16.09-22.09	23.09-29.09	30.09-06.10	07.10-13.10	14.10-20.10	21.10-27.10	28.10-03.11	04.11-10.11	11.11-17.11	18.11-24.11	25.11-01.12	02.12-08.12	09.12-15.12	16.12-22.12	23.12-29.12	30.12-05.01	06.01-12.01	13.01-19.01	20.01-26.01
Недели обучения			<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>		<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>
Теория			2	1	1	1	1	1		1		1	1			1	1		1	1	
Практика				1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1		1	1	2
Контроль						К						К					А				
Аттестация																					
Месяц	Февраль				Март				Апрель				Май				июнь	Всего учебных недель	Всего часов по программе		
Недели обучения	27.01-02.02	03.02-09.02	10.02-16.02	17.02-23.02	24.02-01.03	02.03-08.03	09.03-15.03	16.03-22.03	23.03-29.03	30.03-05.04	06.04-12.04	13.04-19.04	20.04-26.04	27.04-03.05	04.05-10.05	11.05-17.05	18.05-24.05			25.05-31.05	
	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>	<b>32</b>	<b>33</b>	<b>34</b>	<b>35</b>	<b>36</b>			
Теория	1	2	1	1		1	1	1	2	1		1	1		1			1			
Практика	1		1	1	2	1	1	1		1	2	1	1	2	1	2	2	1			
Контроль			К				К					К									
Аттестация																		А			
																			<b>36</b>		<b>72</b>

#### Календарный учебный график для групп 2-го года обучения

Месяц	Сентябрь				Октябрь				Ноябрь				Декабрь				Январь					
Недели обучения		02.09-08.09	09.09-15.09	16.09-22.09	23.09-29.09	30.09-06.10	07.10-13.10	14.10-20.10	21.10-27.10	28.10-03.11	04.11-10.11	11.11-17.11	18.11-24.11	25.11-01.12	02.12-08.12	09.12-15.12	16.12-22.12	23.12-29.12	30.12-05.01	06.01-12.01	13.01-19.01	20.01-26.01
		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>			<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>
Теория		2	1	1	1	1	1		1		1	1			1	1	1			1		1
Практика			1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1			1	2	1
Контроль							К						К				А					
Аттестация																						
Месяц	Февраль				Март				Апрель				Май				июнь	Всего учебных недель	Всего часов по программе			
Недели обучения	27.01-02.02	03.02-09.02	10.02-16.02	17.02-23.02	24.02-01.03	02.03-08.03	09.03-15.03	16.03-22.03	23.03-29.03	30.03-05.04	06.04-12.04	13.04-19.04	20.04-26.04	27.04-03.05	04.05-10.05	11.05-17.05	18.05-24.05			25.05-31.05		
	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>	<b>32</b>	<b>33</b>	<b>34</b>	<b>35</b>	<b>36</b>					
Теория	2	1	1		1	1	1	2	1		1	1		1			1					
Практика		1	1	2	1	1	1		1	2	1	1	2	1	2	2	1					
Контроль			К				К					К					А					
Аттестация																						
																				<b>36</b>		<b>72</b>

### Календарный учебный график для групп 3-го года обучения

Месяц	Сентябрь				Октябрь				Ноябрь				Декабрь				Январь					
Недели обучения		02.09-08.09	09.09-15.09	16.09-22.09	23.09-29.09	30.09-06.10	07.10-13.10	14.10-20.10	21.10-27.10	28.10-03.11	04.11-10.11	11.11-17.11	18.11-24.11	25.11-01.12	02.12-08.12	09.12-15.12	16.12-22.12	23.12-29.12	30.12-05.01	06.01-12.01	13.01-19.01	20.01-26.01
		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>			<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>
Теория		2	1	1	1	1	1		1		1	1			1	1	1			1		1
Практика			1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1			1	2	1
Контроль							К						К				А					
Аттестация																						
Месяц	Февраль				Март				Апрель				Май				июнь	Всего учебных недель	Всего часов по программе			
Недели обучения	27.01-02.02	03.02-09.02	10.02-16.02	17.02-23.02	24.02-01.03	02.03-08.03	09.03-15.03	16.03-22.03	23.03-29.03	30.03-05.04	06.04-12.04	13.04-19.04	20.04-26.04	27.04-03.05	04.05-10.05	11.05-17.05	18.05-24.05			25.05-31.05		
	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>	<b>32</b>	<b>33</b>	<b>34</b>	<b>35</b>	<b>36</b>					
Теория	2	1	1		1	1	1	2	1		1	1		1			1					
Практика		1	1	2	1	1	1		1	2	1	1	2	1	2	2	1					
Контроль			К				К					К					А					
Аттестация																						
																				<b>36</b>		<b>72</b>

## 2.2 Условия реализации программы

Стол-3

Стулья- 6

Компас – 6 шт.

Палатка - 3 шт.

Печка – 1 шт.

Карты - 1 компл.

Рюкзак - 6шт.

Коврик - 6шт.

Спальник - 6 шт.

Котлы – 2 шт.

Тросик костровой – 1шт.

Топор – 2 шт.

Пила «Дружба» - 1 шт.

Веревки – 7 шт.

Схемы узлов.

## 2.3 Формы аттестации, контроля

Для отслеживания результативности на протяжении всего процесса обучения осуществляются:

Входная диагностика (сентябрь) (анкетирование, беседа) – позволяет выявить уровень подготовленности и возможности детей. Проводится на первых занятиях.

Текущий контроль (в течение всего учебного года) – проводится после прохождения каждой темы, чтобы выявить пробелы в усвоении материала и развитии обучающихся, заканчивается коррекцией усвоенного материала.

Промежуточная аттестация – проводится в середине учебного года (декабрь) и в конце 1 учебного года ( май) по изученным темам, разделам за первое полугодие для выявления уровня усвоения содержания программы и своевременной коррекции учебно-воспитательного процесса. Форма проведения: тестирование, сдача нормативов ОФП.

Итоговая аттестация – проводится в конце 2 учебного года (май) и позволяет оценить уровень результативности усвоения программы. Форма проведения зачет, практическая работа по индивидуальным занятием- защита проекта.

## 2.4. Оценочные материалы

Диагностика уровня воспитанности по методике **М.И.Шиловой** отражает пять основных показателей нравственной воспитанности школьника:

- Отношение к обществу, патриотизм
- Отношение к умственному труду
- Отношение к физическому труду
- Отношение к людям (проявление нравственных качеств личности)

- Саморегуляция личности (самодисциплина)

По каждому показателю сформулированы признаки и уровни формирующихся качеств (от 3-го уровня до нулевого уровня). Баллы по каждому показателю независимо друг от друга выставляют учитель и родители. Полученные в ходе диагностики баллы суммируются по каждому показателю и делятся на два (вычисляем средний балл). Полученные средние баллы по каждому показателю вносятся в сводный лист (см. файл "Сводный лист диагностики изучения УНВ младших школьников.doc"). Затем средние баллы по всем показателям суммируются. Полученное числовое значение определяет уровень нравственной воспитанности (УНВ) личности ученика:

**Невоспитанность (от 0 до 10 баллов)** характеризуется отрицательным опытом поведения ученика, которое с трудом исправляется под влиянием педагогических воздействий, неразвитостью самоорганизации и саморегуляции.

**Низкий уровень воспитанности (от 11 до 20 баллов)** представляется слабым, еще неустойчивым опытом положительного поведения, которое регулируется в основном требованиями старших и другими внешними стимулами и побудителями, при этом саморегуляция и самоорганизация ситуативны.

**Средний уровень воспитанности (от 21 до 40 баллов)** характеризуется самостоятельностью, проявлениями саморегуляции и самоорганизации, хотя активная общественная позиция еще не вполне сформирована.

**Высокий уровень воспитанности (от 31 до 40 баллов)** определяется устойчивой и положительной самостоятельностью в деятельности и поведении на основе активной общественной, гражданской позиции.

Таким образом формируется оценка нравственных качеств личности. Необходимо, однако, помнить, что средний балл, выявляемый с помощью «сводного листа», помогает лишь выделить тенденцию, общую характеристику положения дел в классе и предусмотреть целенаправленную работу как с классом в целом, так и с отдельными детьми. Напомним, что управление процессом воспитания предполагает обсуждение и анализ итогов диагностики. Такой анализ необходимо осуществлять на педагогическом консилиуме, на родительском собрании, в индивидуальной беседе с учащимися, коллективно с классом, с группой учащихся, т.е. в разной форме и разными методами.

#### **Диагностическая программа изучения уровней проявления воспитанности**

<b>Основные отношения Показатели воспитанности</b>	<b>Признаки и уровни формирующихся качеств (от 3-го уровня до нулевого уровня)</b>
<b>Отношение к обществу</b>	
<b>1. Патриотизм</b>	
1. Отношение к родной	3 - любит и бережет природу, побуждает к

природе	бережному отношению других; 2 - любит и бережет природу; 1 - участвует в деятельности по охране природы под руководством учителя; 0 - природу не ценит и не бережет.
2. Гордость за свою страну	3 - интересуется и гордится историческим прошлым Отечества, рассказывает об этом другим; 2 - интересуется историческим прошлым; 1 - знакомится с историческим прошлым при побуждении старших; 0 - не интересуется историческим прошлым.
3. Служение своими силами	3 - находит дела на службу малому Отечеству и организует других; 2 - находит дела на службу малому Отечеству; 1 - участвует в делах на службу малому Отечеству при организации и поддержке со стороны учителей; 0 - не принимает участия в делах на пользу малому Отечеству
<b>Отношение к умственному труду</b>	
<b>2. Любознательность</b>	
5. Познавательная активность	3 - сам много читает и знает, обсуждает с друзьями узнанное; 2 - сам много читает; 1 - читает при побуждении взрослых, учителей 0 - читает недостаточно, на побуждения учителя не реагирует
6. Стремление реализовать свои интеллектуальные способности	3 - стремится учиться как можно лучше, помогает другим; 2 - стремится учиться как можно лучше 1 - учиться при наличии контроля; 0 - плохо учится даже при наличии контроля
7. Саморазвитие	3 - есть любимое полезное увлечение, к которому привлекает товарищей; 2 - есть любимое полезное увлечение; 1 - нет полезного увлечения, во внеурочной познавательной деятельности участвует при наличии побуждения со стороны учителя; 0 - во внеурочной деятельности не участвует.

8. Организованность в учении	<p>3 - работу на уроке и домашнее задания выполняет внимательно, аккуратно, помогает товарищам;</p> <p>2 - работу на уроке и домашнее задания выполняет внимательно, аккуратно</p> <p>1- Работу на уроке и домашнее задания выполняет под контролем;</p> <p>0 - на уроках невнимателен, домашнее задания не выполняет</p>
<b>Отношение к физическому труду</b>	
<b>3. Трудолюбие</b>	
9. Инициативность и творчество в труде	<p>3 - находит полезные дела в классе, школе и организует товарищей на творческий труд;</p> <p>2 - находит полезные дела в классе, школе, выполняет их с интересом;</p> <p>1 - участвует в полезных делах в классе, в школе, организованных другими;</p> <p>0 - в полезных делах не участвует, позитивную инициативу и творчество не проявляет.</p>
10. Самостоятельность	<p>3 - хорошо трудится без контроля со стороны старших и побуждает к этому товарищей;</p> <p>2 - сам хорошо трудится, но к труду других равнодушен;</p> <p>1 - трудится при наличии контроля;</p> <p>0 - участия в труде не принимает</p>
11. Бережное отношение к результатам труда	<p>3 - бережет личное и общественное имущество, стимулирует других;</p> <p>2 - бережет личное и общественное имущество;</p> <p>1 - требует контроля в отношении к личному и общественному имуществу;</p> <p>0 - небережлив, допускает порчу личного и общественного имущества.</p>
12. Осознание значимости труда	<p>3 - осознает значение труда, сам находит работу по своим силам и помогает товарищам;</p> <p>2 - осознает значение труда, сам находит работу по своим силам;</p> <p>1 - не имеет четкого представления о значимости труда; при выполнении работ по силам нуждается в руководстве;</p> <p>0 - не осознает значимости труда, не умеет и не любит трудиться.</p>

<b>Отношение к людям</b>	
<b>4. Доброта и отзывчивость</b>	
13. Уважительное отношение к старшим	3 - уважает старших, не терпит неуважительного отношения к ним со стороны сверстников; 2 - уважает старших; 1 - к старикам не всегда уважителен, нуждается в руководстве; 0 - не уважает старших, допускает грубость.
14. Дружелюбное отношение к сверстникам	3 - отзывчив к друзьям и близким, дружелюбно относится к сверстникам, осуждает грубость; 2 - отзывчив к друзьям, близким и сверстникам; 1 - проявляет дружелюбие, нуждается в побуждении со стороны товарищей и старших; 0 - груб и эгоистичен
15. Милосердие	3 - сочувствует и помогает слабым, больным, беспомощным и настраивает на это других; 2 - сочувствует и помогает слабым, больным; 1 - помогает слабым, больным при условии поручения, наличия контроля 0 - неотзывчив, иногда жесток
16. Честность в отношениях с товарищами и взрослыми	3 - честен в отношениях с товарищами и взрослыми, не терпит проявления лжи и обмана со стороны других 2 - честен в отношениях с товарищами и взрослыми; 1 - не всегда честен; 0 - нечестен
<b>Отношение к себе</b>	
<b>5. Самодисциплина</b>	
17. Самообладание и сила воли	3 - проявляет самообладание и силу воли в добрых поступках, стремится развивать ее, побуждает к этому других; 2 – сам проявляет добрую волю, стремится развивать ее, но безразличен к безволию своих товарищей; 1 - развивает волю в организованных взрослыми ситуациях, нередко подчиняясь воле других; 0 - силой волей не обладает и не стремится ее развивать.
18. Самоуважение,	3 - добровольно соблюдает правила культуры

соблюдение правил культуры поведения	поведения, требует этого от других; 2 - добровольно соблюдает правила культуры поведения, не заботится о других; 1 - нормы, правила поведения соблюдает при наличии контроля; 0 - нормы и правила не соблюдает
19. Организованность и пунктуальность	3 - своевременно и качественно выполняет любое дело, требует этого от других; 2 - своевременно и качественно выполняет свои дела; 1 - при выполнении дел и заданий нуждается в контроле; 0 - начатые дела не выполняет
20. Требовательность к себе	3 - требователен к себе и товарищам, стремится проявить себя в хороших делах и поступках; 2 - требователен к себе, стремится проявить себя в хороших делах и поступках; 1 - не всегда требователен, не стремится проявить себя в хороших делах и поступках; 0 - к себе не требователен, проявляет себя в негативных поступках.

## 2.5.Методические материалы

### III.Список информационных источников.

#### Нормативная литература

- 1.Федеральный Закон от 26.12.2012г. № 273 –ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- 2.Концепция развития дополнительного образования детей от 04 сентября 2014г. № 1726-р;
- 3.Федеральная целевая программа «Развитие дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020г.»
- 4.Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.**
- 5.Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013г. « Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам.
- 6.Устав МБУ ДО «ДЮЦ» НГО.
- 7.Положение о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах МБУ До «ДЮЦ» НГО.

#### Литература для педагога

- 1.Арефьев В. Е. Введение в туризм. Барнаул, 2002
- 2.Алешин В.М. Туристическая топография. –Москва, 2007
- 3.Даньшин Н. К. Организация и технология туризма. Донецк, 2006.
- 4.Квартальнов В. А. Теория и практика туризма. М., 2008
- 5.Константинова Ю.С. Туристская игротека. – Москва, 2008
- 6.Курило Л. В. Краеведение и туризм. М., 2009.

**Интернет источники**

Методические рекомендации В. Г. Варламов - <http://refdb.ru/look/2645015.html>