

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя школа имени Героя России Александра Моисеева поселка Знаменска Гвардейского муниципального округа Калининградской области»

Принята на заседании педагогического советаот « 25 » 05 2023 г.
Приказ № 7

Утверждаю:
Директор МБОУ «СШ им. А. Моисеева пос. Знаменска»
/Бояршинова Н.В./
« 26 » 05 2023 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности «Пешеходный туризм»

Возраст обучающихся: 10-17 лет
Срок реализации: 9 месяцев

Разработчики программы:
Калининградский областной детско-юношеский центр экологии, краеведения и туризма,
региональный модельный центр дополнительного образования Калининградской области

п. Знаменск
2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа

В основе туристско-краеведческой направленности и изучения пешеходного туризма лежит изучение краеведения, окружающего мира. Предметом изучения краеведения является территория, местность, а объектами географического краеведения – природа, население, хозяйство, история, археология края.

Сущность краеведения заключается в комплексном изучении природы, населения, хозяйства, этнографии, истории, археологии, культуры в их динамике в данной местности. Природа края и отдельные компоненты, население и хозяйство изучают во взаимосвязи и развитии, т.е. с исторических позиций. Природа, население, хозяйство края изучаются как часть более крупных историко-природно-социально-хозяйственных районов страны.

В связи с этим в процессе комплексного изучения своего края необходимо выделить общие черты с историей, природой и социально-хозяйственным комплексом страны. Одновременно выявляются местная специфика, типичные особенности, характеризующие данный край, а также уникальные его объекты, явления и процессы.

Ведущие теоретические идеи

Ведущая идея данной программы – комплексный подход к изучению обучающимися окружающего мира, с использованием различных способов и методов обучения, включая современные интерактивные, информационные методы, походы, экскурсии и др., способствующий всестороннему развитию личности.

Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы

Агропарки – специальные аттрактивные территории, предназначенные для сельскохозяйственной деятельности, экспонирования ее экскурсантам.

Адекватный туризм – туризм, базирующийся на уникальных ресурсах местности, активно способствующий сохранению и рациональному использованию ее культурного, исторического и природного наследия.

Активный туризм – вид путешествия, связанный с активными способами передвижения по маршруту; совершаемые человеком в рекреационных и спортивных целях.

Аттрактивность – основное системное свойство туристских ресурсов, природных и культурно-исторических объектов, свидетельствующее об их туристской ценности. **Бальнеология** – раздел медицины, в котором изучаются минеральные воды, лечебные грязи, их происхождение, состав и возможности лечебно-профилактического применения.

Биосферные заповедники – специально охраняемые территории, создаваемые в целях сохранения и развития генофонда биосферы, типичного для той или иной природной зоны, проведения научно-исследовательских, экологических и ландшафтных работ, сохранения культурного наследия.

Водный туризм – популярный вид туризма, при котором отдых осуществляется на воде с использованием байдарок, лодок, катамаранов, теплоходов и других плавательных средств.

Восстановление природных (рекреационных) ресурсов –естественный (регулируемый и нерегулируемый) и искусственный процесс приращения запасов рекреационных ресурсов, восстановление качественных их характеристик.

Гляциология- наука о ледниках - естественных скоплениях льда, возникших на суше в результате аккумуляции и преобразования твердых атмосферных осадков и движущихся под действием силы тяжести.

Горный туризм – походы, предусматривающие прохождение маршрутов пешком по горной местности, преодоление перевалов выше 3000-3500 м, прохождение скальных участков, крутых склонов, ледников, снежников, горных рек.

Достояние национальное –совокупность природных и антропогенных объектов и порождаемых ими факторов вакационного, оздоровительного, культурного и иного свойства, способных вызвать туристский интерес.

Заказник– 1) участок, в пределах которого постоянно или временно запрещены отдельные виды и формы хозяйственной деятельности для обеспечения охраны одного или многих видов живых существ, биогеоценозов, одного или нескольких экологических компонентов или общего характера охраняемой местности; 2) особо охраняемая территория (акватория), на которой при ограниченном использовании природных ресурсов охраняются отдельные виды животных, растений, водные, лесные и земельные объекты и т. д.

Заповедник – природоохранные учреждения, территория или акватория которых включает природные комплексы и объекты, представляющие уникальную экологическую ценность, предназначенные для использования в природоохранных, научных и научно-просветительских целях. В отличие от национальных парков заповедники имеют очень ограниченное рекреационное использование, в основном только просветительское.

Информативность ландшафта – количество и качество информации, получаемой человеком, пребывающим в том или ином природном комплексе.

Инфраструктура туризма–комплекс сооружений, инженерных и коммуникационных сетей, в том числе телекоммуникационной связи, дорог, смежных индустрии туризма предприятий, обеспечивающих нормальный доступ туристов к туристским ресурсам и их надлежащее использование в целях туризма, а также обеспечение жизнедеятельности предприятий индустрии туризма.

Комфортность ландшафта – свойство ландшафта вызывать субъективное чувство и объективное состояние спокойствия в окружающей природной среде, успокаивающей нервную систему и обеспечивающей весь комплекс здоровья человека.

Краеведение - изучение природы, населения, хозяйства, истории и культуры какой-либо части страны, административного или природного района, населенных пунктов главным образом силами местного населения.

Культурное наследие –материальные и духовные ценности народов, созданные в прошлом, а также памятники и историко-культурные территории и объекты, значимые для сохранения и развития самобытности народов.

Маршрут – путь следования туриста, обозначенный перечнем всех географических пунктов и мест, последовательно посещаемых им во время путешествия, с указанием видов транспорта, используемых туристом для передвижения между пунктами остановок (пребываний) на маршруте.

Материально-техническая база туризма – 1) совокупность средств труда (здания, сооружения, транспорт, оборудование и др.), должным образом оцененных и предназначенных для обслуживания туристов; 2) совокупность материальных и вещественных элементов производительных сил, используемых для производства туристских услуг.

Международный туризм – деятельность, связанная с осуществлением туризма жителями одной страны на территории другой страны – иностранными туристами.

Музееведение – комплексная научная дисциплина, разрабатывающая теорию и методiku всех сторон музейной деятельности, изучающая происхождение и историю музеев, их общественные функции.

Музейный туризм – разновидность программного туризма, специфика которого заключается в использовании туристского потенциала музеев и прилегающих к ним территорий.

Национальный туризм – состояние и развитие туризма внутри национальных границ; совокупность деятельности в сфере внутреннего и въездного туризма, то есть связанная с обслуживанием туристов из числа жителей данной страны.

Объекты туристского интереса – достопримечательности, природные объекты и природно-климатические зоны, социокультурные объекты показа и иные, способные удовлетворить потребности туриста в процессе осуществления туристской поездки или путешествия и потребности туристских услуг и/или туристского продукта и/или тура, адекватно прямым или спутным целям тура. Основными характеристикам объектов туристского интереса являются: привлекательность (аттрактивность), познавательная ценность, рекреационная ценность, известность, экзотичность, уникальность, выразительность, сохранность, месторасположение.

Ономастика — раздел языковедения, изучающий имена собственные: названия людей, животных, мифических существ, племен и народов, стран, рек, гор, людских поселений.

Орография - (от греч. *oros* - гора и *grapho* - пишу, описываю), научная дисциплина, (раздел геоморфологии) изучающая взаимное расположение хребтов, возвышенностей, речных долин, котловин и других форм рельефа.

Особо охраняемый объект – 1) памятник архитектуры или природы, находящийся под охраной закона или обычая; 2) любой объект или явление природы, юридически находящиеся под охраной в большей мере, чем другие, сходные с ним.

Охрана памятников истории и культуры – система государственных мер по сохранению, восстановлению, использованию и пропаганде памятников.

Оценка культурного комплекса – экспертная процедура, проводимая для установления иерархического места культурного объекта в мировой, а также

отечественной культуре и определения необходимого и достаточного времени на осмотр туристского объекта.

Памятник – объект, составляющий часть культурного достояния страны, народа, человечества и обычно охраняемый специальными законами.

Памятник всемирного наследия – 1) памятник культуры или уникальная по свойствам природная территория, включенные в международный Список всемирного наследия ЮНЕСКО; 2) памятник природного или культурного наследия, представляющий исключительный интерес и всемирную ценность, статус которого определен Комитетом ЮНЕСКО по памятникам всемирного наследия.

Памятник культуры – архитектурно-строительный, археологический, культовый и другой аналогичный объект, особое значение которого закреплено юридически или традиционно.

Памятник национальный – 1) любой объект, в том числе природный, с чертами национальной культуры или связанный с этой культурой: от вида животного или растения до устного или письменного литературного произведения; 2) синоним понятия «государственный памятник», то есть находящийся под охраной государства.

Памятник природный – естественная или издревле измененная человеком природная территория, имеющая особый научный или культурный интерес, а также социальное (часто общемировое) значение, выделенная (или осознанная, традиционная) в качестве особо охраняемого участка.

Парк – сочетание зеленых насаждений и архитектуры малых форм с дорогами, аллеями и водоемами, предназначенное для украшения и оздоровления местности, где отдыхают люди.

Природные рекреационные ресурсы – это: 1) природные тела, явления, процессы или отдельные элементы рельефа, которые проявляются на определенной площади в течение определенного времени и которые могут быть использованы для целей рекреации и туризма. Данное определение по своей сути справедливо и для культурно-исторических рекреационных ресурсов (памятники архитектуры, истории, этнографии и др.); 2) природные и природно-технические геосистемы, тела и явления природы, которые обладают комфортными свойствами для рекреационной деятельности и могут быть использованы для организации отдыха и оздоровления некоторого контингента людей в течение некоторого времени.

Природопользование туристское – использование природных ресурсов и комплексов для организации туристской деятельности.

Путешествие – 1) перемещение людей во времени и пространстве, а человек, совершающий путешествие, независимо от целей, направлений и средств передвижения, временных промежутков, именуется **путешественником**; 2) перемещение более чем на 100 миль от места постоянного проживания.

Рекреационные ресурсы – это: 1) компоненты природной среды, объекты хозяйственной деятельности, обладающие уникальностью, оригинальностью, эстетической привлекательностью, целебно-оздоровительной значимостью,

могущие быть использованы для организации различных видов и форм рекреационных занятий.

Рекреация –1) восстановление, оздоровление и пространство, где осуществляются эти виды деятельности; 2) массив времени, в ходе которого происходит восстановление производительных сил человека, либо как деятельность, направленная на это восстановление; 3) функция всякой деятельности, всякого времени и всякой территории; 4) деятельность людей, занимающихся созданием и персональным использованием свободного времени.

Сад ботанический –коллекция живых растений дикой флоры обычно со значительным участием древесных пород, высаженных на более или менее значительной территории; создается для научных целей, но, как правило, используется также для рекреации.

Сад зоологический –коллекция диких животных, размещенных в клетках или более или менее обширных вольерах, часто расположенных среди небольшого парка. Основное назначение С. з. – культурно-просветительское и рекреационное, но при сохранении и успешном разведении в неволе исчезающих видов животных может иметь важное научное значение.

Сад исторический –пространство, намеренно организованное как декоративное окружение какого-то объекта или самостоятельное декоративное единство и представляющее в этом качестве эстетический и исторический интерес.

Топонимика— наука, изучающая географические названия, их происхождение, смысловое значение, развитие, современное состояние, написание и произношение.

Топонимический словарь - это в основном этимологический словарь, выясняющий происхождение географических названий, в его создании должны участвовать географы, историки, лингвисты, этнографы и другие специалисты.

Туризм - путешествие физических лиц продолжительностью от двадцати четырех часов до одного года либо меньше двадцати четырех часов, но с ночевкой в целях, не связанных с оплачиваемой деятельностью в стране (месте) временного пребывания

Турист - физическое лицо, посещающее страну (место) временного пребывания на период от двадцати четырех часов до одного года и осуществляющее не менее одной ночевки в ней (в нем) в оздоровительных, познавательных, профессионально-деловых, спортивных, религиозных и иных целях без занятия оплачиваемой деятельностью.

Туристские ресурсы - природно-климатические, исторические, социально-культурные, оздоровительные объекты, включающие объекты туристского показа, а также иные объекты, способные удовлетворить духовные потребности туристов, содействовать восстановлению и развитию их физических сил.

Фауна- исторически сложившаяся совокупность видов животных, обитающих на определенной территории.

Фенология— система знаний о сезонных явлениях природы, сроках их наступления и причинах, определяющих эти сроки, а также наука о пространственно-временных закономерностях циклических изменений природных объектов и их комплексов, связанных с годичным движением Земли вокруг Солнца.

Флора - совокупность всех видов растений, обитающих на изучаемой территории.

Экологический туризм - сочетание путешествия с экологически чутким отношением к природе, предполагающее участие туристов в ООПТ

Направленность (профиль) программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Пеший туризм» имеет туристско-краеведческую направленность.

Уровень освоения программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Пеший туризм» является программой базового уровня.

Актуальность программы

Программа является актуальной и определяется возросшим интересом детей к познанию истории своей малой Родины и формированию здорового образа жизни. Вовлечение детей и подростков в туристско–краеведческую деятельность целенаправленно обеспечивает формирование отношения к природе и социальным факторам жизни. Чувственно-эмоциональное восприятие красоты природы закладывает прочный фундамент таких важных человеческих качеств как любовь к Родине, чувство патриотизма. Занятия туризмом на первой стадии воспитывают основные качества: выносливость, силу, ловкость, скорость, умение жить в коллективе.

Согласно Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года №678-р, необходимо создать условия для вовлечения детей в туристскую и краеведческую деятельность в целях изучения как малой Родины, так и России в целом посредством организации походно-экспедиционных, экскурсионных, проектно-исследовательских и других профильных форм работы (походы, экспедиции, слеты, выездные школы и профильные смены и др.), обеспечить междисциплинарный подход в части интеграции с различными областями знаний (биология, география, геоэкономика, регионалистика, геология, культурология, литература, урбанистика и планирование городской среды, экология и др.), содействовать формированию у обучающихся знаний, умений и навыков, связанных с безопасным пребыванием в условиях природной и городской среды, создавать условия для воспитания и развития личности, а также для социализации обучающихся.

Педагогическая целесообразность

Программа составлена таким образом, что обучающиеся осваивают теоретические основы программы и получают практические навыки.

Практико-ориентированный подход позволяет педагогу следить за качеством усвоения знаний, а обучающимся - применять свои знания на практике. Педагогическая целесообразность программы определяется ее

социальной значимостью и направленностью вхождения личности в социум и мир природы, умения адаптироваться в социальной и природной среде. В походах, на экскурсиях ребенок не только пополняет свои знания, но и включается через общение с другими людьми в сложный мир человеческих отношений, выполняет различные социальные роли, и чем богаче мир, окружающий ребенка, тем богаче и разнообразнее его личность.

Практическая значимость

Данная программа расширяет знания обучающихся об анатомии, физиологии и гигиене человека, топографии и ориентированию, о практических навыках организации жизнедеятельности в природной среде, готовит их к выбору будущих профессий в области физической культуры, истории, географии, военной профессии, обеспечивает знанием и пониманием исторических процессов, культурного и природного наследия, а также ценностное отношение к своему здоровью и физическому совершенствованию.

В результате освоения программы, обучающиеся смогут организовывать и проводить мероприятия на уровне школ и муниципалитетов в области туризма и спортивного ориентирования. Научатся работать с разнообразным туристическим оборудованием, специализированными приборами для ориентирования.

Обучающиеся смогут проводить комплексные историко-географические краеведческие исследования с использованием исторической и современной литературы, научатся искать авторитетные источники информации, использовать современные научные методы обработки и анализа информации.

Принципы отбора содержания образовательной программы

Принципы отбора содержания (образовательный процесс построен с учетом уникальности и неповторимости каждого ребенка и направлен на максимальное развитие его способностей):

- Принцип единства развития, обучения и воспитания;
- Принцип систематичности и последовательности;
- Принцип доступности;
- Принцип наглядности;
- Принцип взаимодействия и сотрудничества;
- Принцип комплексного подхода.
- Принцип природосообразности и культуросообразности;
- Принцип гуманизма;

Отличительные особенности программы

Программа «Пешеходный туризм» включает большой диапазон видов деятельности, которые в комплексе позволяют решить все образовательные и воспитательные задачи, развивают мотивацию ребёнка к дальнейшему занятию туризмом и ориентирование. В настоящее время при социальном расслоении общества занятия туризмом и краеведением становятся для детей из небогатых семей чуть ли не единственной возможностью познакомиться с жизнью за пределами своего города или села. К занятиям туризмом могут привлекаться

родители. Совместные походы способствуют сплочению семьи, установлению между педагогом, родителями и детьми неформальных, дружеских отношений.

В программе заложены следующие составляющие: образовательная, просветительская, воспитательная, профориентационная.

Программа нацелена на удовлетворение индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании через обучение основам туристской техники, культуре походной жизни, усвоение принципов безопасности и здорового образа жизни, приобщение к духовности средствами туризма и краеведения, сохранение и укрепление психофизического здоровья ребенка.

Цель образовательной программы

Целью является создание практико-ориентированной, современной образовательной среды для освоения знаний, умений, навыков в области туристско-краеведческой деятельности, а именно освоение экскурсионных, походно-экспедиционных и других профильных форм работы, также, направленную на освоение проектно-исследовательской деятельности.

Задачи образовательной программы

Образовательные:

- накопление и систематизация представлений детей об окружающей действительности;
- привитие первичных эколого–туристских, краеведческих знаний, умений и навыков: познавательных, преобразовательных и поведенческих;
- введение в область наук: географии, истории, биологии, литературы, топографии на примере изучения краеведения области;
- формирование целостной системы знаний о процессе общественного исторического и социального развития.

Развивающие:

- формирование образно - наглядного и логического мышления;
- развитие в ребенке наблюдательности, памяти, речи, самостоятельности;
- развитие нравственных и эстетических чувств;
- обогащение навыков общения в коллективе и умений совместной деятельности.

Воспитательные:

- воспитание доброты, отзывчивости, умения сопереживать;
- воспитание экологической культуры и желания охранять природу
- формирование и развитие навыков социального поведения и навыков здорового образа жизни;
- воспитания патриотизма и любви к своей Родине.

Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для обучающихся 10-17 лет.

Форма обучения по образовательной программе

Форма обучения по программе – очная. Возможно применение дистанционных форм образования.

Особенности организации образовательного процесса

Набор осуществляется только из числа детей, посещающих общеобразовательную организацию, разместившую программу. Программа предусматривает групповые, фронтальные и индивидуальные формы работы с детьми. Состав групп: 10-15 человек.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов в год – 148 часов. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 40-45 минут, между занятиями установлены 10-минутные перемены. Недельная нагрузка на одну группу: 4 часа.

Объем и срок освоения программы

Срок освоения программы – 9 месяцев. На полное освоение программы требуется 148 часов.

Основные формы и методы

В теоретической части в образовательном процессе используются традиционные методы обучения: словесные (рассказ, объяснение, беседа, диспут); наглядные (демонстрация, показ - плакатов, рисунков, схем, графических изображений, карт, видеофильмов, приемов работы); практические (работа с книгой, справочной литературой, дидактическим материалом, нормативно-правовыми документами, выполнение заданий, упражнений по спортивному ориентированию, скалолазанию, технике туризма). Метод применения информационно-коммуникационных технологий позволяет обучать детей на основе самостоятельного поиска информации в сети интернет, обмена информацией на специализированных WEB-страницах по спортивному туризму, выполнение диагностических тестов и заданий по психологической подготовке спортсменов.

Занятия проводятся с использованием различных форм организации учебной деятельности (групповая, массовая, индивидуальная). Разные типы и формы занятий создают условия для развития познавательной активности, повышения интереса детей к обучению.

Рекомендуемые типы занятий: изучение новой информации, занятия по формированию новых умений, обобщение и систематизация изученного, практическое применение знаний, умений (закрепление), комбинированные занятия, контрольно-проверочные занятия, тестирование и др.

Рекомендуемые формы занятий: учебные занятия в кабинете и учебнотренировочные занятия на местности, занятия по ОФП и СФП в спортивном зале и на местности. Кроме того, используются такие формы, как соревнование, конкурс, поход, путешествие, игра, лекция, видеозанятие и др. Основной составляющей образовательного процесса являются регулярные занятия, как теоретические, так и практические, а также участие в соревнованиях по спортивному туризму и ориентированию.

Планируемые результаты

В результате освоения программы обучающиеся **должны знать:**

- географию Калининградской области: географическое положение, границы, главные реки, озёра, города, полезные ископаемые;
- растительный и животный мир (деревья, кустарники, цветы парков, скверов, диких и домашних животных, птиц перелётных и зимующих, экологию г. Калининграда и Калининградской области;
- историю пруссов, завоевания Пруссии Тевтонским орденом, историю Прусского государства.
- памятники истории, архитектуры и культуры на территории г.Калининграда и области;
- иметь понятие о гербе, гимне, знать историю создания гербов области;
- правила безопасности на занятии, на прогулке, в походе, на экскурсии, в транспорте;
- названия туристских узлов и их использование в туристской практике;
- правила движения по шоссе, проселочной (лесной) дороге, в лесу, по заболоченной местности; правила разжигания костра;
- топографические знаки, карты топографические и спортивного ориентирования, масштабы карт, ориентирование компасом на карте, на местности, по местным признакам; длину своего шага;
- лекарственные растения (деревья, кустарники и травы), несколько народных способов оздоровления с помощью растений;
- растения, применяемые в пищу и используемые в медицинских целях в походе; ядовитые растения и грибы.

должны уметь:

- пользоваться физико-географической картой Калининградской области и найти на ней границы, главные реки, озёра, города;
- работать с контурной картой;
- соблюдать правила движения в городе, на пересечённой местности;
- иметь практические навыки преодоления препятствий на пересечённой местности;
- определять породы деревьев, кустарников, виды домашних и диких животных, птиц Калининградской области; изготовить простейшую кормушку;
- вести рассказ об истории пруссов, легенды;
- проложить маршруты к памятникам истории и культуры на территории г. Калининграда;
- завязать 5 туристских узлов и их уметь их использовать в туристской практике;
- уложить рюкзак, разжечь костёр, поставить палатку;
- зарисовать 15 условных топографических знаков и найти их на топографической карте;

– ориентировать стороны горизонта по компасу, по мху, муравьям, деревьям, квартальным столбам, по карте, уметь парами шагов просчитать 100 м;

– различать в природе изученные лекарственные и ядовитые растения и грибы, приготовить из лекарственных растений салат и фиточай.

Механизм оценивания образовательных результатов

Основа - три группы показателей:

– теоретическая подготовка и основные общеучебные компетенции (фиксация приобретенных ребенком в процессе освоения учебного модуля предметные и общеучебные знания, умения, навыки);

– практическая подготовка (освоение способов решения проблем творческого и поискового характера; формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия; определять наиболее эффективные способы достижения результата; формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей);

Критерии оценки результативности.

– высокий уровень – 3 балла;

– средний уровень – 2 балла;

– низкий уровень – 1 балл;

– не усвоил – 0 баллов.

Формы подведения итогов реализации программы

Формы определения результативности детей по программе: наблюдение, тестирования, творческие работы; участие в соревнованиях по туризму, ориентированию на местности, конкурсах по краеведению и топографии, самостоятельные работы, вопросники, участие в степенных и категорийных походах.

Организационно-педагогические условия реализации программы.

Социально-психологические условия реализации образовательной программы обеспечивают:

– учет специфики возрастного психофизического развития обучающихся;

– вариативность направлений сопровождения участников образовательного процесса (сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся);

– формирование ценности здоровья и безопасного образа жизни; дифференциация и индивидуализация обучения; мониторинг возможностей и способностей обучающихся, выявление и поддержка одаренных детей, детей с ограниченными возможностями здоровья;

– формирование коммуникативных навыков в разновозрастной среде и среде сверстников.

– наличие комфортной развивающей образовательной среды.

Для реализации программы необходимо наличие:

- отдельного помещения (класса с посадочными местами и столами); занятия проводятся в учебном помещении общей площадью до 25 м², с посадочными местами группы обучающихся;
- пособий и оборудования для проведения занятий: компасы, линейки, транспортиры, топографические карты, географические и контурные карты Калининградской области, карты спортивного ориентирования, фотографии и открытки с видами памятных мест г. Калининграда и области, плакаты условных знаков и символов спортивного ориентирования, компьютерная техника, интерактивная доска, фотоаппарат, видеокамера;
- пособий и оборудования для проведения практических занятий, соревнований, походов выходного дня, (рюкзаки, туристские коврики, спальные мешки, палатки, котлы, медицинская аптечка, ремонтный набор и прочее);
- для проведения тренировок и участия в соревнованиях по спортивному ориентированию (компасы, специальную форму, колья, призмы, компостеры, планшеты, чипы, электронную технику отметки на контрольном пункте и подсчёта результатов);
- пособий и оборудования для проведения занятий по спортивному туризму: страховочные системы, карабины, спусковые и подъемные устройства, каски, веревки, GPS навигаторы
- полигон для проведения практических занятий и соревнований по спортивному ориентированию и туризму;
- автобус для выездных занятий на соревнования и экскурсии.

Материально-техническое обеспечение программы

- Поясная беседка "Высота 004"
- Грудная обвязка "Высота 001"
- Веревка 6 мм ШНУР (32 пр) "Хват"
- Веревка 10 мм ШНУР ВСС (48 пр) стат
- Карабин автомат ГУСЬ с байонетной муфтой (V)
- Карабин Chlogum с байонетной муфтой keylock (Венто)
- Спусковое устройство Восьмёрка с креплением Спорт туризм (V)
- Зажим ЖУМАР (V)
- Компас мод.22С
- Рюкзак АЗИМУТ-60
- Палатка High Peak Texel 3
- Котёл овальный 10 л с крышкой
- Коврик туристский 180x60x0.8 Optima Light
- Спальный мешок Totem Hunter

Методическое обеспечение реализации программы включает:

- учебные пособия (справочная и научно-популярная литература, периодические издания, видео- и аудиоматериалы, электронные средства образовательного назначения (виртуальные лекции по темам образовательной

программы, демонстрационные модели, слайдовые презентации, виртуальные контрольные и лабораторные работы, индивидуальные задания и др.);

– дидактические материалы (раздаточный материал для обучающихся (рабочие тетради, бланки тестов и анкет, бланки диагностических и творческих заданий, карточки с заданиями, готовые шаблоны и трафареты, объекты живой и неживой природы, фотографии, инструкционные карты, технологические карты), наглядные пособия (таблицы, графики, объемные модели, муляжи и др.).

– методические материалы (планы занятий, включающие перечень вопросов, выносимых на занятие; контрольные задания для отслеживания результатов освоения каждой темы; для проведения промежуточной и итоговой аттестации обучающихся, которые включают: перечень вопросов, выносимых на итоговое занятие и ключ для проверки правильности ответов; виды практических, лабораторных и других работ, выполняемых обучающимися по итогам освоения темы, раздела, программы и критерии оценки выполнения данных работ).

Информационное обеспечение программы

– Хранение учебно-методических ресурсов с использованием Интернетсервисов;

– Доступ к электронным учебным пособиям и использование обучающимися программных средств;

– Доступ к ресурсам «Интернет» всем педагогам и обучающимся, участвующих в реализации программы;

– Функционирование системы электронного обучения; использование технологий дистанционного обучения;

– Использование программного обеспечения (zoom, skype) и социальных сетей для коммуникации между участниками образовательного процесса.

Кадровое обеспечение программы

Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

Учебный план

| № п/п | Наименование | Всего | Теория | Практика | Форма контроля |
|-------|-------------------|-------|--------|----------|-----------------------------|
| 1. | Введение в туризм | 4 | 4 | - | Устный опрос/рефлексия |
| 2. | Краеведение | 12 | 3 | 9 | Тестирование/экскурсия/ ПВД |

| | | | | | |
|----|---|------------|-----------|------------|--|
| 3. | Личное и групповое снаряжение туриста. Техника безопасности | 8 | 2 | 6 | Устный опрос, тестирование, соревнование |
| 4. | Основы туристской подготовки | 12 | 3 | 9 | Тестирование, опрос, поход |
| 5. | Топография и ориентирование на местности | 32 | 8 | 24 | Участие в соревнованиях |
| 6. | Основы гигиены и первая доврачебная помощь | 12 | 3 | 9 | Тестирование/устный опрос |
| 7. | Организация и проведение туристских походов. | 32 | 8 | 24 | Участие в соревнованиях/ПВД |
| 8. | Общая и специальная физическая подготовка. | 32 | 8 | 24 | Участие в соревнованиях |
| 9. | Итоговое занятие. Поход. | 4 | 1 | 3 | ПВД |
| | Итого | 148 | 40 | 108 | |

Содержание программы

Раздел 1. Введение в туризм (4 часа).

Теория: Знакомство с программой «Пешеходный туризм», с историей туризма в России. Общее понятие туризма, виды и классификация туризма. Общие понятия о спортивном ориентировании, топографии, соревнованиях «Школа безопасности»

Практика: работа в группах.

В результате занятий обучающиеся получили знания о программе, освоили введение в тему

Раздел 2. Краеведение (12 часов).

Теория: Родной край, его природные особенности: климат, рельеф, реки, озёра, полезные ископаемые. Животный и растительный мир. История края: прошлое и настоящее.

Практика: Выходы на территорию для изучения материала. Экскурсия или поход выходного дня.

Результатом занятий является изученные территории родного края обучающихся, организованный совместный поход или экскурсия.

Раздел 3. Личное и групповое снаряжение туриста-многоборца (8 часов).

Теория: Понятие о личном снаряжении: для занятий туристским многоборьем, спортивным ориентированием, для подготовки и участия в походе выходного дня. Требования к снаряжению и правила его эксплуатации. Специальное туристское снаряжение для занятий туристским многоборьем. Перечень личного снаряжения: спортивная форма, страховочные системы

(грудная обвязка, беседка), их виды устройство и требования к ним; карабины, петли самостраховки, пруссик самостраховки, рукавицы, альпеншток, каска. Виды карабинов: без муфты, с закручивающейся муфтой, с автоматической и полуавтоматической закручивающейся муфтой. Снаряжение для занятий ориентированием (в летний период): компас, планшет, одежда, обувь. Правила их эксплуатации и хранения. Снаряжение для похода выходного дня. Перечень личного снаряжения, требования к нему; типы рюкзаков, спальных мешков, их преимущества и недостатки; правила размещения предметов в рюкзаке; одежда и обувь для летнего похода.

Понятие о групповом снаряжении, требования к нему. Перечень командного снаряжения: веревки, рюкзаки, палатка, хозяйственный набор. Правила их эксплуатации. Типы и функции веревок: динамические (для организации страховки и сопровождения), статические (для наведения перил). Маркировка веревок. Типы рюкзаков: спортивные (беговые), походные; их назначение, преимущества и недостатки. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки.

Правила поведения туристов-многоборцев и техника безопасности на занятии.

Соблюдение правил поведения - основа безопасности. Правила поведения на занятиях в учебном классе, спортивном зале, в парке, в лесу, на соревнованиях, в походе. Охрана природы. Соблюдение правил дорожного движения; пожарной безопасности, поведения на воде. Меры личной безопасности в нестандартной ситуации.

Практика: Комплектование личного и группового снаряжения. Установка палатки, Способы крепления верёвки к опоре. Маркировка верёвки. Конкурс на лучшую команду по установке палатки. Туристская эстафета. Участие в областных соревнованиях по спортивному туризму.

Результатом занятий является освоение материала обучающимися и применение на практике полученных знаний, участие в соревнованиях.

Раздел 4. Основы туристской подготовки (12 часов).

Теория: Виды туризма. Пешеходный туризм. Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий, походов, соревнований. Одежда и обувь туриста: личное и групповое снаряжение. Туристские узлы и их использование в туризме. Правила укладки рюкзака. График движения на маршруте похода. Обязанности в походе. Привалы и ночлеги: организация работ по устройству бивуака, туристские узлы и их использование в туризме. Оборудование костра. Типы костров. Техника и тактика преодоления естественных препятствий на местности: заболоченности, оврага, лесных завалов, водных препятствий.

Практика: Игра «Уложи рюкзак». Узлы в туризме. Виды узлов. Вязка узлов: «прямой», «схватывающий одним концом», «восьмёрка», «стремя», «встречный» и их использование в туристской практике. Конкурс на лучшего знатока узлов. Составление графика движения в походе. Разучивание туристских песен. Туристская полоса препятствий: преодоление оврага с помощью верёвок

«Подъем – спуск по склону, траверс склона по перилам на самостраховке», «Движение через «болото» по следам, «кочкам», «Переправа «маятник», переправа по бревну по перилам на схватывающем узле. Однодневный поход в лесной массив поселка Чкаловск. Навыки оборудования бивуака: разжигание костра и кипячение чая. Конкурс на лучшего кострового, краеведа, туриста.

Результатом занятий является освоение материала обучающимися и применение на практике полученных знаний.

Раздел 5. Топография и ориентирование на местности (32 часа).

Теория: Наука топография. Виды топографических карт. Масштаб, азимутальные направления, ориентирование карты по сторонам горизонта. Условные топографические знаки (15 знаков): растительный покров, гидрография, дорожная сеть, внемасштабные знаки.

Практика: Условные знаки топографической карты: зарисовка условных знаков растительного покрова, знаков гидрографии, дорожных и внемасштабных знаков и нахождение их на топографической карте. Зарисовка азимутальных направлений, определение масштаба карт. Топографический диктант.

Теория: В мире ориентиров: ориентирование по местным признакам: деревьям, муравейникам, лесным просекам, ягодам; по солнцу и часам, по компасу, топографической карте. Компас, его устройство, правила обращения с компасом. Определение сторон горизонта и азимутальных направлений по компасу на местности и на карте. Карта топографическая и спортивного ориентирования. Тактика

Практика: Определение сторон горизонта по компасу, карте и на местности. Определение компасом азимута на предмет на карте и на местности. Определение расстояний на местности шагами. Прогулка в городской парк. Ориентирование по местным признакам. Измерение расстояния 100 м парами шагов. Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.

Результатом занятий является освоение материала обучающимися и применение на практике полученных знаний.

Раздел 6. Основы гигиены и первая доврачебная помощь (12 часов).

Теория: Личная гигиена туриста. Понятие о гигиене: гигиена физических упражнений, ее значение и основные задачи. Гигиена обуви и одежды. Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов и путешествий.

Профилактика заболеваний и травм на занятиях и соревнованиях по туристскому многоборью, спортивному ориентированию, в походе.

Соблюдение гигиенических требований в походе. Походный травматизм. Тепловой и солнечный удары, ожоги. Помощь утопающему. Простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления. Состав медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Перечень и название лекарственных препаратов.

Практика: Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов,

уход за ними. Комплектование и использование медицинской аптечки при оказании первой доврачебной помощи условно пострадавшему (определение травмы, заболевания, практическое оказание помощи). Способы транспортировки пострадавшего.

Беседа со школьным фельдшером о способах оказания доврачебной помощи в походах и на соревнованиях.

Результатом занятий является освоение материала обучающимися и применение на практике полученных знаний.

Раздел 7. Организация и проведение туристских походов (32 часа).

Теория: Туристский поход - средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, привития самостоятельности, трудовых и прикладных навыков. Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Составление плана подготовки похода.

Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф местности, физическое состояние участников и т.д.). Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака. Правила поведения в палатке.

Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения, темп. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня.

Правила разведения костра. Типы костров. Правила работы с топором, пилой при заготовке дров. Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком.

Значение правильного питания в походе. Организация питания в однотрехдневном походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Питьевой режим на маршруте. Правила приготовления пищи на костре.

Подведение итогов похода. Обработка собранных материалов.

Практика: Подготовка к походу выходного дня: изучение района похода по литературе, картам, отчетам о походе. Распределение обязанностей в походе. Подготовка личного и группового снаряжения.

Вычерчивание схемы маршрута. Составление графика похода. Составление меню. Выход на маршрут похода выходного дня. Организация привала. Экскурсия в школьный музей. Преодоление препятствий на маршруте. Описание краеведческой и общественно полезной работы на маршруте. Составление письменного отчёта и презентации о походе.

Результатом занятий является освоение обучающимися знаний, умений, навыков и практическое их применение. Организация похода.

Раздел 8. Общая и специальная физическая подготовка (32 часа).

Теория: Общая физическая подготовка. Краткие сведения о строении человеческого организма. Основная задача общей физической подготовки: развитие физических, моральных и волевых качеств туристов.

Всесторонняя физическая подготовка; основа для стабильного выступления на соревнованиях по туристскому многоборью и спортивному ориентированию, а также безаварийного прохождения маршрутов туристских походов.

Характеристика средств физической подготовки, применяемых на различных этапах обучения. Ежедневные индивидуальные занятия членов группы.

Специальная физическая подготовка. Роль и значение специальной физической подготовки для роста мастерства юных туристов-многоборцев. Место специальной физической подготовки в процессе тренировки. Характеристика и методика развития физических и специальных качеств, необходимых спортсмену: выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силы. Индивидуальный подход в решении задач и специальной физической подготовки.

Практика: Бег от 30м до 1000м. Подвижные спортивные игры. Упражнения на снарядах. Элементы акробатики. Плавание. Скалолазание.

Результатом занятий является освоение практических навыков, участие в соревнованиях.

Раздел 9. Итоговое занятие: поход выходного дня (4 часа).

Теория: Итоговое занятие по программе. Итоговая аттестация. Тесты по разделам программы. Подготовка к походу: выбор маршрута, характеристика района похода, распределение обязанностей в походе, личное и групповое снаряжение.

Практика: Поход выходного дня в лесной массив. Экскурсия по городу: историческая справка, памятники, отработка темпа, ритма движения на маршруте, организация привала, разжигание костра и приготовление фиточая, закрепление практических навыков по туризму и ориентированию на местности.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

| № п/п | Режим деятельности | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности «Пешеходный туризм» |
|-------|------------------------------------|---|
| 1. | Начало учебного года | 4 сентября |
| 2. | Продолжительность учебного периода | 36 учебных недель |
| 3. | Продолжительность учебной недели | 5 дней |
| 4. | Периодичность учебных занятий | 2 раза в неделю |
| 5. | Количество часов | 72 часа |
| 6. | Окончание учебного года | 31 мая |

| | | |
|----|-----------------------------|-----------------------|
| 7. | Период реализации программы | 01.09.2023-31.05.2024 |
|----|-----------------------------|-----------------------|

Воспитательная работа

Воспитательный компонент осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

- 1) гражданско-патриотическое;
- 2) нравственное и духовное воспитание;
- 3) воспитание положительного отношения к труду и творчеству;
- 4) интеллектуальное воспитание;
- 5) здоровьесберегающее воспитание;
- 6) правовое воспитание и культура безопасности;
- 7) воспитание семейных ценностей;
- 8) формирование коммуникативной культуры;
- 9) экологическое воспитание.

Цель – формирование гармоничной личности с широким мировоззренческим кругозором, с серьезным багажом теоретических знаний и практических навыков.

Используемые формы воспитательной работы: викторина, экскурсии, игровые программы, диспуты.

Методы: беседа, мини-викторина, наблюдения, столкновения взглядов и позиций, проектный, поисковый.

Планируемый результат: повышение мотивации к театральному искусству и личностному развитию; сформированность настойчивости в достижении цели, стремление к получению качественного законченного результата; умение работать в команде; сформированность нравственного, познавательного и коммуникативного потенциалов личности.

Календарный план воспитательной работы

| № п/п | Название мероприятия, события | Направления воспитательной работы | Форма проведения | Сроки проведения |
|-------|---|---|------------------|------------------|
| 1. | Инструктаж по технике безопасности при работе с компьютерами робототехническим конструктором, правила поведения на занятиях | Безопасность и здоровый образ жизни | В рамках занятий | Сентябрь |
| 2. | Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к оборудованию | Гражданско-патриотическое воспитание, нравственное воспитание | В рамках занятий | Сентябрь-май |
| 3. | Защита проектов внутри группы | Нравственное воспитание, трудовое воспитание | В рамках занятий | Октябрь-май |
| 4. | Участие в соревнованиях различного уровня | Воспитание интеллектуально- | В рамках занятий | Октябрь-май |

| | | познавательных интересов | | |
|----|---|--|------------------|--------------|
| 5. | Беседа о празднике «День защитника Отечества» | Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей | В рамках занятий | Февраль |
| 6. | Беседа о празднике «8 марта» | Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей | В рамках занятий | Март |
| 7. | Открытые занятия для родителей | Воспитание положительного отношения к труду и творчеству; интеллектуальное воспитание; формирование коммуникативной культуры | В рамках занятий | Декабрь, май |

Список литературы

Нормативные правовые акты:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.

2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599

3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.

4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».

7. Приказ Министерства образования Калининградской области от 26 июля 2022 года № 912/1 "Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022 - 2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области"

Для педагога дополнительного образования:

- 1) Баранова М.Ю., Колосова С. А. Музейная азбука. - Москва, 2006.
- 2) Бурцев В.П. Загадки и находки на тропинках спортивного ориентирования. - Москва, ФЦДТЮиК, 2007.
- 3) Вестник Академии детско-юношеского туризма и краеведения. №1,2,10) - Москва, 2010.
- 11) Детско – юношеский туризм. - Калининград, 2010.
- 12) Детско-юношеский туризм и краеведение России. Научнометодический журнал №1,2. - Москва, 2012.
- 13) Елаева В.П., Васячкина А. П., Савина Е. И. Спортивное ориентирование - спорт для здоровья нации. - Калининград, 2009.
- 14) Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. - Москва, 2006.
- 15) Константинов Ю.С., Глаголева О.Л. Уроки ориентирования. - Москва, ФЦДЮТиК МО РФ, 2006.
- 16) Миловский В. А. Краеведческие маршруты Гумбиненского поля. - Калининград, 2013.
- 17) Туманов В. Е. Школьный музей-хранитель народной памяти. - Москва, 2006.

Для обучающихся:

- 18) Баринев А. Деревьев души и сердца. - Изд. «Кладезь» Калининград, 2010.
- 19) Ган О., Григорьев Д. Твой дом. - Калининград, 2010.
- 20) Глухота Г. «С азимутом и рюкзаком». – Калининград, 2008.
- 21) Куликов В.М., Ротштейн Л.М., Константинова Ю.- Словарь юного туриста. - Москва, ФЦДЮТиК МО РФ, 2008
- 22) Мазнев Н. Цветной супертравник. - Москва, 2010.
- 23) Музей Мирового океана. Путеводитель по берегам Самбии. - Изд. «Терра Балтика», 2011.
- 24) Озеров А. Г. Исследовательская деятельность учащихся в природе – Москва, ФЦДЮТиК, 2005.
- 25) Персин А.И. Словарь юного краеведа. – Москва, ФЦДЮТиК МО РФ, 2008.
- 26) Семёнова Ю. В., Аполлонская И. В. Православный Калининград. - Изд. Смартбукс, 2013.
- 27) Сечко Л. Край, в котором мы живем. Очерки истории Калининградской области. - Калининград, Янтарный сказ, 2008
- 28) Калининградской области. - Калининград, Янтарный сказ, 2008
- 29) Туристская игротка (Игры, конкурсы, викторины). - Калининград, 2010.
- 30) Миловский В. А. 60 краеведческих маршрутов по Калининградской области. - Калининград, 2010.