

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №4
г.Ершова Саратовской области
им. Героя Советского Союза Спирина В.Р.»

ПРИНЯТА
На заседании
педагогического совета
МОУ «СОШ №4 г.Ершова
Саратовской области»
протокол №10 от 15.05.2023г.

Директор

МОУ «СОШ №4 г.Ершова
Саратовской области»



Е.П.Денисова

приказ № 10 от 15.05.2023г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
туристско-краеведческой направленности
«Сто дорог»

Возраст детей: 13-16 лет

Срок реализации: 72 часа

Автор-составитель: Будников Сергей Игоревич,
педагог дополнительного образования

Ершов, 2023 год

I. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1 Пояснительная записка

Туристско-краеведческая деятельность во всех ее формах способствует развитию личности ребенка, направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению Родины, приобретению навыков самостоятельной деятельности.

Нормативно-правовая база

- «Закон об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г.);
- «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (пр. Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. №629)
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 года №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МОУ «СОШ № 4 г. Ершова Саратовской области имени Героя Советского Союза Спирина В.Р.»

Реализуется она в очной форме и с использованием **электронных (дистанционных) форм**, так как в течение учебного года возникает непреодолимая сила, или форс-мажор – обстоятельства (эпидемия, карантин, погодные условия и прочее), не позволяющие осуществлять обучение в обычной (очной) форме

Актуальность программы. Пешеходный туризм - самый распространенный и доступный вид туризма для обучающихся, основой которого является организация самостоятельного туристского похода, включающего в себя активный отдых. Главная задача пешеходного туризма — удовлетворить естественную потребность обучающихся в непосредственном познании мира.

Поскольку школьный 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 патриотического воспитания.

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

Новизна. Данная Программа раскрывает особенности поведения человека в разных природных и погодных ситуациях, что позволяет обучающимся приобрести знания и навыки, необходимые для работы в сложных полевых условиях.

Отличительной особенностью данной программы является, объединение спортивного туризма, спортивного ориентирования и краеведения в одной программе, что позволяет проявиться различным способностям детей и подростков, а также придает ценность и самостоятельное значение физическим тренировкам, необходимым при занятиях спортивным туризмом, превращая их из обязанности в интересный и увлекательный вид деятельности. Сочетание коллективных действий в спортивной туристской группе на спортивном маршруте или на туристских соревнованиях, и индивидуальных действий в условиях соревнований воспитывает как умение жить и работать в коллективе, так и самостоятельность, умение принимать решения и нести за них индивидуальную ответственность. Проводя краеведческие исследования у обучающихся формируются патриотические и гражданские чувства.

Педагогическая целесообразность. Программа позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение их интереса к новой деятельности в области физической культуры и краеведения.

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

Адресат. Возрастные особенности обучающихся.

Возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной общеобразовательной программы **13-16 лет.**

Возрастные особенности обучающихся. 13-14 лет — самый благоприятный для творческого развития. В этом возрасте обучающимся нравится решать проблемные ситуации, находить сходство и различие, определять причину и следствие. Им нравится высказать свое мнение и суждение. Самому решать проблему, участвовать в дискуссии, отстаивать и доказывать свою правоту. Исследования внутреннего мира подростков показывают, что одной из самых главных моральных проблем среднего школьного возраста является несогласованность убеждений, нравственных идей и понятий с поступками, действиями, поведением. Система оценочных суждений, нравственных

идеалов неустойчива. Особое значение для подростка в этом возрасте имеет возможность самовыражения и самореализации. Обучающимся будет интересна деятельность, которая служит активному самовыражению подростков и учитывает их интересы.

Большое значение для обучающихся **15-16** лет имеет та сфера, в которой ребёнок реализует себя. Например, в процессе общественно полезной деятельности, участвуя в которой подросток осознает себя и признается окружающими как равноправный член общества, создаются оптимальные условия для реализации потребности в социальном признании, для усвоения социально значимых ценностей. Самоутверждение себя как личности, самоопределение происходит у подростка в значимой для всех, постоянно усложняющейся деятельности, где он получает удовлетворение от сознания своей общественной ценности. В такой общественно полезной деятельности происходит развитие адекватного ей мотива — от желания подростка показать, проявить себя, когда другие выступают лишь средством для удовлетворения этого желания, до мотива принесли пользу другим людям, где другие выступают целью его деятельности.

Наполняемость группы – 12-15 человек.

Объём и сроки реализации программы. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Сто дорог» рассчитана на 1 год (36 недель) обучения. Объём программы 72 часа.

Режим занятий. Занятия по программе проводятся 2 раза в неделю по 1 часу. Продолжительность учебного часа – 45 минут.

1.2. Цель и задачи программы.

Цель программы: формирование системы знаний по пешеходному туризму и краеведению

Задачи программы

Образовательные:

- обучать основам туристской подготовки;
- обучать технике и тактике пешеходных походов;
- обучать навыкам краеведческого исследования,
- обучать наставническим умениям и навыкам

Развивающие:

- развивать интерес к занятиям пешеходным туризмом;
- развивать интерес к занятиям краеведением

Воспитательные:

- воспитывать патриотизм через занятия туризмом
- способствовать формированию потребности в здоровом образе

жизни

1.3. Планируемые результаты

В результате обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Сто дорог» обучающиеся получают следующие результаты

Предметные:

- сформированы у обучающихся основы туристской подготовки;

- сформированы знания по технике и тактике пешеходных походов;
- сформированы навыки краеведческого исследования,
- сформированы наставнические умения и навыки.

Метапредметные:

- сформирован интерес к занятиям пешеходным туризмом;
- сформирован интерес к занятиям краеведением.

Личностные:

- созданы условия для формирования патриотизма через занятия туризмом
- сформированы потребности в здоровом образе жизни

**1.4 Содержание программы
Учебный план дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы
«Сто дорог»**

/п	Перечень разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		бщее	еори я	ракт ика	
Модуль 1 «Сто дорог». 72 часа					
Раздел 1. Основы туристской подготовки. 14 часов.					
	Вводное занятие. Туристские путешествия. История развития туризма. Туристические тропы Ершова и Ершовского района.				Анкетировани е/ онлайн- анкетирование
	Личное и групповое снаряжение.				Тестирование/ онлайн- тестирование
	Организация туристского быта. Биваки.				Игра/ интерактивная игра
	Костры. Типы и виды костров.				Тестирование/ онлайн- тестирование
	Узлы. Виды узлов. Способы вязки.				Соревнование / онлайн- соревнование
	Питание в туристском походе.				Тестирование/ онлайн- тестирование
	Подготовка к походу, путешествию.				Презентация маршрута/ онлайн- презентация
	Туристские должности в группе.				Анкетировани е/ онлайн- анкетирование

	Правила движения в походе.				Тестирование/ онлайн- тестирование
0	Техника безопасности при проведении туристских походов и занятий.				Тестирование/ онлайн- тестирование
Раздел 2. Наставничество. 6 часов					
1	Как провести диагностическую/ развивающую беседу с наставляемым, для уточнения зон развития				Тестирование/ Онлайн- тестирование
2	Разработка мер преодоления трудностей и ожидаемые результаты по итогам их реализации				Ролевая игра/ Интерактивная игра
3	Как подготовить наставляемого к конкурсному испытанию				Ролевая игра/ Интерактивная игра
Раздел 3. Топография и ориентирование. 11 часов.					
4	Понятие о карте.				Чтение карты (очно/дистанционно)
5	Условные знаки.				Игра «Топографическое лото»/ интерактивная игра
6	Компас.				Соревнование / онлайн- соревнование
7	Азимут.				Соревнование / онлайн- соревнование
8	Ориентирование по местным предметам. Ориентирование по горизонту.				Игра/ интерактивная игра
9	Измерение расстояний				Соревнование / онлайн- соревнование
Раздел 4. Краеведение. 11 часов.					
0	Родной край, его природные особенности, история, известные земляки.				Исследование/ онлайн- исследование
1	Туристские возможности края. Обзор краеведческих объектов, музеев.				Викторина/ онлайн-викторина

2	Охрана природы и памятников культуры.				Акция (очно/дистанционно)
3	Пешеходные экскурсии				Экскурсия/ онлайн-экскурсия
Раздел 5. Основы гигиены и первая доврачебная помощь. 7 часов.					
4	Личная гигиена туриста.				Тестирование/ Онлайн- тестирование
5	Походная аптечка.				Тестирование/ Онлайн- тестирование
6	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.				Игра/ интерактивная игра
7	Приемы транспортировки пострадавшего.				Соревнование / онлайн- соревнование
Раздел 6. Общая и специальная физическая подготовка. 23 часа.					
8	Краткие сведения о строении организма человека.				Тестирование/ Онлайн- тестирование
9	Врачебный контроль, самоконтроль. Предупреждение травм на тренировках.				Тестирование/ Онлайн- тестирование
0	Общая физическая подготовка.				Наблюдение (очно/дистанционно)
1	Специальная физическая подготовка.				Наблюдение (очно/дистанционно)
2	Туристские походы	2		2	Учебный поход/ виртуальная экскурсия
3	Итоговое занятие «Муниципальный туристический слёт»				Соревнование / онлайн- соревнование
Всего:		2	7	5	

Содержание учебного плана

Модуль 1 «Сто дорог». 72 часа
Раздел 1. Основы туристской подготовки. 14 часов
Тема 1. Введение

Теория. (Очно/дистанционно). **Вводное занятие.** Туристские путешествия. История развития туризма. Туристические тропы Ершова и Ершовского района. Туризм – средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, привития самостоятельности, трудовых и прикладных навыков. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России. Организация туризма в России.

Практика. Анкетирование/онлайн анкетирование

Тема 2. Личное и групповое снаряжение.

Теория. (Очно/дистанционно). Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для однодневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для зимних походов, типы лыж. Как готовить личное снаряжение к походу. Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Походная посуда для приготовления пищи. Топоры, пилы. Состав и назначение ремонтного набора. Хозяйственный набор: оборудование для костра, рукавицы, ножи, половник и др. Особенности снаряжения для зимнего похода.

Практика. (Очно/дистанционно). Знакомство с имеющимся туристским снаряжением. Правила размещения предметов в рюкзаке. Укладка рюкзака. Работа со снаряжением, уход за ним. Тестирование/ онлайн-тестирование

Тема 3. Организация туристского быта.

Теория. (Очно/дистанционно). 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. Организация работы по развёртыванию и свёртыванию лагеря: планирование лагеря (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы), заготовка дров. Установка палаток. Размещение вещей в них. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке. Уборка места лагеря перед уходом группы. Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров. Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов. Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт). Меры безопасности при обращении с огнём, кипятком. Организация ночлегов в помещении. Правила купания.

Практика. (Очно/дистанционно). Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Развёртывание и свёртывание лагеря (бивака). Разжигание костра. Игра/ интерактивная игра

Тема 4. Костры. Типы костров.

Теория. (Очно/дистанционно). Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров. Правила хранения и

переноски колющих и режущих предметов. Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт). Меры безопасности при обращении с огнём, кипятком.

Практика. (Очно/дистанционно). Сооружение и разведение костра. Тестирование/ онлайн-тестирование

Тема 5. Узлы. Виды узлов. Способы вязки.

Теория. (Очно/дистанционно). Виды узлов и их применение.

Практика. (Очно/дистанционно). Вязка узлов. Соревнование/ онлайн-соревнование

Тема 6. Питание в туристском походе.

Теория. (Очно/дистанционно). Значение правильного питания в походе. Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд. Организация питания в однодневном походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте.

Практика. (Очно/дистанционно). Составление меню и списка продуктов для однодневного похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре. Тестирование/ онлайн-тестирование

Тема 7. Подготовка к походу, путешествию.

Теория. (Очно/дистанционно). Этапы подготовки похода: цели и задачи похода, комплектование группы, организация группы (собрание, распределение обязанностей). Изучение района похода (изучение литературы, карт, отчетов о походах, получение сведений у людей, прошедших планируемый маршрут). Выбор и разработка маршрута движения. Подготовка личного и группового снаряжения. Меню, список продуктов. Оформление маршрутной документации. Распределение обязанностей. Разработка маршрута движения в соответствии с краеведческой информацией. Правильное движение группы на маршруте.

Практика. (Очно/дистанционно). Разработка маршрута. Презентация маршрута/ онлайн-презентация

Тема 8. Туристские должности в группе.

Теория. (Очно/дистанционно). Должности постоянные и временные. Командир группы. Требования к руководителю группы (туристский опыт, инициативность, ровные отношения с членами группы, авторитет). Его обязанности: руководство действиями членов группы, контроль выполнения заданий, поддержание нормального микроклимата в группе. Другие постоянные должности в группе: заведующий питанием (завпит), заведующий снаряжением, проводник (штурман), краевед, санитар, ремонтный мастер, фотограф, ответственный за отчёт о походе, культорг, физорг и т.д. Временные должности. Дежурные по кухне. Их обязанности (приготовление пищи, мытьё посуды). Выполнение обязанностей по должностям в период

подготовки, проведения похода и подведения итогов.

Практика. (Очно/дистанционно). Разработка графика распределения обязанностей. Анкетирование/ онлайн-анкетирование

Тема 9. Правила движения в походе.

Теория. (Очно/дистанционно). Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения, темп. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня. Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересечённой местности, по лесу, кустарнику, через завалы, по заболоченной местности, по травянистым склонам.

Практика. (Очно/дистанционно). Ведение инструктажа безопасности. Тестирование/ онлайн-тестирование

Тема 10. Техника безопасности при проведении туристских походов и занятий.

Теория. (Очно/дистанционно). Дисциплина в походе и на занятиях – основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении, на улице. Правила поведения при переездах группы на транспорте. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Организация самостраховки. Правила пользования альпенштоком. Использование простейших узлов и техника их вязания. Правила поведения в незнакомом населённом пункте. Взаимоотношения с местным населением.

Практика. (Очно/дистанционно). Организация самостраховки. Тестирование/ онлайн-тестирование

Раздел 2. Наставничество. 6 часов

Тема 11. Как провести диагностическую/ развивающую беседу с наставляемым

Теория. (Очно/дистанционно). Как провести диагностическую/ развивающую беседу с наставляемым, для уточнения зон его развития.

Практика. Тестирование/ онлайн-тестирование

Тема 12. Разработка мер преодоления трудностей и ожидаемые результаты по итогам их реализации.

Теория. (Очно/дистанционно). Разработка мер преодоления трудностей и ожидаемые результаты по итогам их реализации.

Практика. Ролевая игра/ Интерактивная игра

Тема 13. Как подготовить наставляемого к конкурсному испытанию

Теория. (Очно/дистанционно). Как подготовить наставляемого к конкурсному испытанию (как запоминать информацию, защищать проекты, презентацию и пр.). Правила поведения наставляемого на занятии для повышения результативности

Практика. Ролевая игра/ Интерактивная игра

Раздел 3. Топография и ориентирование. 11 часов

Тема 14. Понятие о карте.

Теория. (Очно/дистанционно). Определение роли топографии и топографических карт в народном хозяйстве и обороне государства, значение топокарт для туристов. Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических карт. Понятие о генерализации. Три отличительных свойства карт: возраст, масштаб, нагрузка (специализация). Старение карт. Какие карты пригодны для разработки маршрутов и для ориентирования в пути. Рамка топографической карты. Номенклатура. Географические и прямоугольные координаты (километровая сетка карты). Определение координат точки на карте. Назначение спортивной карты, её отличие от топографической карты. Масштабы спортивной карты. Способы и правила копирования карт. Защита карты от непогоды в походе, на соревнованиях.

Практика. (Очно/дистанционно). Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте. Копирование на кальку участка топографической карты. Чтение карты.

Тема 15. Условные знаки.

Теория. (Очно/дистанционно). Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топографических знаков по группам. Масштабные и немасштабные знаки, площадные (заполняющие) и контурные знаки. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики. Рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Сущность способа горизонталей. Сечение. Заложение. Горизонтали основные, утолщённые, полугоризонтали. Бергштрих. Подписи горизонталей. Отметки высот, урезы вод. Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.

Практика. (Очно/дистанционно). Знакомство с различными формами рельефа. Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков. Рисовка условных знаков. Кроссворды по условным знакам. Рисовка условными знаками поляны, лагеря группы на туристской прогулке, экскурсии. Овладение навыками чтения легенды маршрута во время туристской прогулки. Составление легенды движения группы условными знаками. Игра «Топографическое лото»/ интерактивная игра

Тема 16. Ориентирование по горизонту. Азимут.

Теория. (Очно/дистанционно). Основные направления на стороны горизонта: С, В, Ю, З. Дополнительные и вспомогательные направления по сторонам горизонта. Градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта. Азимутальное кольцо («Роза направлений»). Определение азимута, его отличие от простого угла (чертёж). Азимут истинный и магнитный. Магнитное склонение. Азимутальное кольцо. Измерение и построение углов (направлений) на карте. Азимутальный тренировочный треугольник.

Практика. (Очно/дистанционно). Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнения на глазомерную оценку азимутов. Упражнения на инструментальное (транспортиром) измерение азимутов на карте. Построение тренировочных азимутальных треугольников. Соревнование/ онлайн-соревнование

Тема 17. Измерение расстояний. 7 часов

Теория. (Очно/дистанционно). Способы измерения расстояний на местности и на карте. Курвиметр, использование нитки. Средний шаг, от чего зависит его величина. Как измерить средний шаг. Таблица переводов шага в метры. Глазомерный способ измерения расстояния. Способы тренировки глазомера. Определение расстояния по времени движения.

Практика. (Очно/дистанционно). Измерение своего среднего шага (пары шагов), построение графиков перевода пар шагов в метры для разных условий ходьбы. Упражнения на прохождение отрезков различной длины. Измерение кривых линий на картах разного масштаба курвиметром или ниткой. Оценка пройденных расстояний по затраченному времени. Тренировочные упражнения на микроглазомер на картах разного масштаба. Соревнование/ онлайн-соревнование

Тема 18. Компас.

Теория. (Очно/дистанционно). Компас. Типы компасов. Устройство компаса Адрианова. Спортивный жидкостный компас. Правила обращения с компасом. Ориентир. Что может служить ориентиром. Визирование и визирный луч. Движение по азимуту, его применение. Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка. Техника выполнения засечек компасом Адрианова и жидкостным.

Практика. (Очно/дистанционно). Ориентирование карты по компасу. Упражнения на засечки: определение азимута на заданный предмет (обратная засечка) и нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка). Движение по азимуту, прохождение азимутальных отрезков, азимутальных построений (треугольники, «бабочки» и т.п.). Соревнование/ онлайн-соревнование

Тема 19. Ориентирование по местным предметам.

Теория. (Очно/дистанционно). Суточное движение Солнца по небосводу, средняя градусная скорость его движения. Определение азимута на Солнце в разное время дня. Определение азимута по Луне. Полярная звезда, её нахождение. Приближённое определение сторон горизонта по особенностям некоторых местных предметов. Анализ пройденного маршрута в случае потери ориентировки, возможность ухода на сходную (параллельную) ситуацию. Поиск отличительных ориентиров. Принятие решения о выходе на крупные ориентиры, выходе к ближайшему жилью. Использование звуковой пеленгации, источников света в ночное время.

Практика. (Очно/дистанционно). Упражнения по 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 восстановления местонахождения. Игра/ интерактивная игра

Раздел 4. Краеведение. 11 часов

Тема 20. Родной край, его природные особенности, история, известные земляки.

Теория. (Очно/дистанционно). Климат, растительность и животный мир родного края, его рельеф, реки, озёра, полезные ископаемые. Административное деление края. Транспортные магистрали. Промышленность. Экономика и культура края, перспектива его развития. Сведения о прошлом края. Памятники истории и культуры. Знатные люди края, их вклад в его развитие. История своего населённого пункта. Знакомство с картой своего края. «Путешествия» по карте. Проведение краеведческих викторин.

Практика. (Очно/дистанционно). Упражнения по определению климата, рельефа и животного мира. Исследование/ онлайн-исследование

Тема 21. Туристские возможности края. Обзор краеведческих объектов, музеев.

Теория. (Очно/дистанционно). Инструктаж по безопасности. Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Памятники истории и культуры, музеи края. Краеведческие и мемориальные музеи, народные и школьные музеи. Экскурсии на предприятия, на стройки, в учреждения и организации. Сбор сведений об истории края в архивах, военкоматах, общественных организациях.

Практика. (Очно/дистанционно). Прогулки и экскурсии по ближайшим окрестностям, посещение музеев, экскурсионных объектов. Викторина/ онлайн-викторина

Тема 22. Общественно-полезная работа в походе, охрана природы и памятников культуры.

Теория. (Очно/дистанционно). Сведения о памятниках истории и культуры.

Практика. (Очно/дистанционно). Краеведческая работа – один из видов общественно полезной деятельности. Выполнение краеведческих заданий: сбор материалов по истории, поисковая работа, запись воспоминаний участников и очевидцев памятных событий. Метеорологические наблюдения. Гидрологические наблюдения. Изучение растительного и животного мира. Геологический поиск. Простейшие приборы для краеведческой и исследовательской работы. Работа в музеях, архивах, библиотеках. Законодательство по охране природы. Природоохранительная деятельность туристов. Охрана памятников истории и культуры. Проведение различных краеведческих наблюдений. Сбор материалов для школьного музея, предметных кабинетов. Знакомство с краеведческими объектами. Изучение краеведческой литературы. Волонтерство в архивах, музеях, библиотеках,

субботники. Акция (очно/дистанционно)

Тема 23. Пешеходные экскурсии.

Теория. (Очно/дистанционно). Понятие пешеходная экскурсия. Основные требования и навыки.

Практика. (Очно/дистанционно). Пешеходные экскурсии по Ершовскому району Саратовской области, окрестностях г. Ершова. Экскурсия/ онлайн-экскурсия

Раздел 5. Основы гигиены и первая доврачебная помощь. 7 часов

Тема 24. Личная гигиена туриста.

Теория. (Очно/дистанционно). Понятие о гигиене: гигиена физических упражнений и спорта, её значение и основные задачи. Гигиенические основы режима труда, отдыха и занятий физической культурой и спортом. Личная гигиена занимающихся туризмом: гигиена тела, гигиеническое значение водных процедур (умывание, обтирание, парная баня, душ, купание). Гигиена обуви и одежды. Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов и путешествий. Сущность закаливания, его значение для повышения работоспособности человека и увеличения сопротивляемости организма к простудным заболеваниям. Роль закаливания в занятиях туризмом, гигиенические основы закаливания. Закаливание воздухом, солнцем, водой. Систематические занятия физическими упражнениями как важное условие укрепления здоровья, развития физических способностей и достижения высоких спортивных результатов.

Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсменов. Изучение основ здорового образа жизни.

Практика. (Очно/дистанционно). Разучивание комплекса упражнений гимнастики. Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними. Изучение основ здорового образа жизни. Тестирование/ Онлайн-тестирование

Тема 25. Походная аптечка.

Теория. (Очно/дистанционно). Составление медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Назначение и дозировка препаратов: ампульные, таблеточные, порошковые, линименты, смазки. Различия в принципе действия. Состав походной аптечки для походов выходного дня и многодневных. Перечень и назначение, показания и противопоказания применения лекарственных препаратов. Новейшие фармакологические препараты. Личная аптечка туриста, индивидуальные лекарства, необходимые в зависимости от хронических заболеваний.

Практика. (Очно/дистанционно). Формирование походной медицинской аптечки. Тестирование/ Онлайн-тестирование

Тема 26. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.

Теория. (Очно/дистанционно). Соблюдение гигиенических требований в походе. Походный травматизм. Заболевания в походе. Профилактика заболеваний и травматизма. Работа с группой по развитию самоконтроля и

усвоению гигиенических навыков. Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Помощь утопающему, обмороженному, поражённому электрическим током. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Респираторные и простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления и желудочные заболевания. Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран, промывание желудка.

Практика. (Очно/дистанционно). Способы обеззараживания питьевой воды. Оказание первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи). Игра/ интерактивная игра

Тема 27. Приемы транспортировки пострадавшего.

Теория. (Очно/дистанционно). Зависимость способа транспортировки и переноски пострадавшего от характера и места повреждения, его состояния, от количества людей, оказывающих помощь. Транспортировка на рюкзаке с палкой, в рюкзаке, на верёвке, вдвоём на поперечных палках. Переноска вдвоём на шестах (или лыжах) со штормовками, на носилках-плетёнках из верёвок, на шесте. Изготовление носилок из шестов, волокуши из лыж. Способы иммобилизации и переноски пострадавшего при травмах различной локализации.

Практика. (Очно/дистанционно). Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего. Соревнование/ онлайн-соревнование

Раздел 6 Общая и специальная физическая подготовка. 23 часа

Тема 28. Краткие сведения о строении организма человека.

Теория. (Очно/дистанционно). Краткие сведения о строении человеческого организма (органы и системы). Костно- связочный аппарат. Мышцы, их строение и взаимодействие. Основные сведения о строении внутренних органов. Кровеносная система. Сердце и сосуды. Дыхание и газообмен. Органы пищеварения и обмен веществ. Нервная система – центральная и периферическая. Влияние различных физических упражнений на укрепление здоровья, работоспособности. Совершенствование функций органов дыхания и кровообращения под воздействием занятий спортом

Практика. (Очно/дистанционно). Схематическая зарисовка строения человеческого организма. Тестирование/ Онлайн-тестирование

Тема 29. Врачебный контроль, самоконтроль. Предупреждение травм на тренировках.

Теория. (Очно/дистанционно). Врачебный контроль и самоконтроль. Значение и содержание врачебного контроля при занятиях спортом. Объективные данные: вес, динамометрия, спирометрия. Порядок осуществления врачебного контроля. Показания и противопоказания к занятиям различными видами туризма. Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение. Понятие о «спортивной форме», утомлении, перетренировке. Дневник самоконтроля.

Практика. (Очно/дистанционно). Ведение дневника самоконтроля.

Тестирование/ Онлайн-тестирование

Тема 30. Общая физическая подготовка.

Теория. (Очно/дистанционно). Краткие сведения об общей физической подготовке и её требованиях.

Практика. (Очно/дистанционно). Освоение основ техники бега. Бег в колонне по одному по пересеченной местности, бег по лестнице, бег «серпантинном», бег с препятствиями. Прыжки в длину и высоту. Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей. Гимнастические упражнения. Спортивные (в том числе народные) игры. Наблюдение (очно/дистанционно)

Тема 31. Специальная физическая подготовка.

Теория. (Очно/дистанционно). Краткие сведения о специальной физической подготовке и её требованиях.

Практика. (Очно/дистанционно). Развитие физических и специальных качеств, необходимых туристу: выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силы. Упражнения на развитие выносливости. Упражнения на развитие быстроты. Упражнения для развития силы. Упражнения для развития гибкости, на растягивание и расслабление мышц. Занятия на скалодроме, веревочном городке, прохождение лабиринта. Наблюдение (очно/дистанционно)

Тема 32. Туристские походы

Теория. (Очно/дистанционно). Основные правила выбора места для похода и правила составления маршрутного листа.

Практика. (Очно/дистанционно). Учебный поход/ виртуальная экскурсия. Проверка знаний, навыков и умений. Выбор места. Составление маршрутного листа похода и распределение обязанностей.

Итоговое занятие «Муниципальный туристический слёт»

Практика. (Очно/дистанционно). Участие в соревнованиях.

1.5. Формы аттестации/контроля, их периодичность.

Предметные результаты.

Входной контроль проводится в начале учебного года, для определения уровня знаний и умений обучающихся на начало обучения по Программе. Оценка знаний учащихся осуществляется в ходе проведения анкетирования.

Текущий контроль ведется на каждом занятии в форме педагогического наблюдения за правильностью выполнения практической работы; аттестация учащихся осуществляется в ходе игр, соревнований, тренировок, тестирования.

Промежуточный контроль проводится по итогам первого полугодия Программы в форме соревнований.

Итоговый контроль проводится в конце обучения по Программе в ходе участия в муниципальном туристическом слёте юных туристов-краеведов. Оценивание осуществляется по качеству выполненной работы.

Метапредметные и личностные результаты

Текущий контроль проводится с использованием метода

педагогического наблюдения в ходе осуществления творческой деятельности.

РАЗДЕЛ №2 «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»

2.1. Методическое обеспечение программы

Обучение по программе проводится и реализуется в очной форме с использованием электронных (дистанционных) технологий.

Программа рассчитана на ознакомление обучающихся с журналистской деятельностью, получения необходимых умений и навыков. Она носит выраженный деятельностный характер, создает возможность активного практического погружения детей в журналистскую деятельность.

Программа состоит из 6-и разделов, каждый из которых нацелен на решение определённых задач.

1. **Раздел. «Основы туристской подготовки.»** предполагает обучение подростков навыкам и умениям туристской техники.

2. **Раздел «Наставничество»** - раздел тем, направленных на организацию взаимоотношений наставника и наставляемого в конкретных формах для получения ожидаемых результатов.

3. **Раздел. «Топография и ориентирование»** знакомит обучающихся с различными видами, способами, приёмами чтения карт, умениями обращения с компасом.

4. **Раздел. «Краеведение»** направлен на формирование знаний об истории и природе родного края

5. **Раздел. «Основы гигиены и первая доврачебная помощь»** предполагает изучение основ личной гигиены туристов, и умений оказывать первую доврачебную помощь.

6. **Раздел. «Общая и специальная физическая подготовка»** направлен на формирование и развитие физических и специальных качеств, необходимых туристу.

Форма организации образовательного процесса - индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая;

Формы взаимодействия субъектов образовательного процесса в случае электронного обучения с применением дистанционных технологий предусматривается взаимодействие с педагогом, обучающимися, родителями – помощниками в техническом обеспечении образовательного процесса.

Формы организации учебного занятия – соревнование, игра, практикум, занятие-исследование и т.д.

Методы - словесный, наглядный практический; объяснительно-иллюстративный, репродуктивный и воспитания (убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.).

Приемы – комментирование, инструктирование, корректирование.

Педагогические технологии

	Наименование технологии,	Характеристика технологий в рамках образовательной программы
--	--------------------------	--

	методик	
	Технология группового обучения	С помощью групповой технологии учебная группа, поделённая на подгруппы, решает и выполняет конкретные задачи таким образом, что виден вклад каждого обучающегося.
	Игровая технология	Обеспечивает личностную мотивационную включенность каждого обучающегося, что значительно повышает результативность обучения по программе
	Здоровьесберегающая технология	Благодаря этим технологиям обучающиеся учатся жить вместе и эффективно взаимодействовать. Они способствуют активному участию самого обучающегося в освоении культуры человеческих отношений, в формировании опыта здоровьесбережения, который приобретается через постепенное расширение сферы общения и деятельности ребёнка, становления самосознания и активной жизненной позиции на основе воспитания и самовоспитания, формирования ответственности за свое здоровье, жизнь и здоровье своих товарищей.
	Электронные (дистанционные) технологии	С помощью этих процессов происходит подготовка и передача информации обучающемуся, через компьютер (дистанционно)

2.2. Условия реализации программы Материально-техническое обеспечение

Теоретические занятия по дополнительной общеразвивающей программе «Сто дорог» проходят в кабинете на 24 рабочих места.

Для успешной реализации программы необходимо следующее оборудование:

- Кабинет
- Столы - 12
- Стулья - 24
- 1 меловая доска
- Компасы – 8 шт,
- Комплекты карт - 2 шт,
- Палатки – 2;
- коврики – 2;
- костровое оборудование – 1;

- котелок - 1;
- фонарики – 5;
- Часы – 5;
- Лопаты и топоры - 3 + 3;
- Разметка для маркировки – 1;
- Флажки разметочные - 10
- Аптечка – 2.

Информационное обеспечение

Для успешной реализации программы используются: методическая литература для педагогов дополнительного образования и обучающихся, ресурсы информационных сетей по методике проведения занятий, а также:

- сайт МОУ «СОШ №4 г. Ершова» <http://sosh4.ucoz.net/>
- e-mail МОУ «СОШ №4 г. Ершова» ershov.school4@mail.ru.

Дидактические материалы.

Презентации: «Учебный поход», «Собираемся в поход»

Раздаточный материал.

Карточки: «Определи азимут», «Топографические знаки», «Личное снаряжение туриста», «Групповое снаряжение туриста»

Кадровое обеспечение

Реализацию дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Сто дорог» осуществляет педагог с высшим образованием, с соответствующей программе подготовкой.

2.3. Календарный учебный график

Календарный учебный график дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Сто дорог» 72 часа

/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма аттестации/контроля
Модуль 1 «Сто дорог». 72 часа								
Раздел 1. Основы туристской подготовки. 14 часов.								
				Беседа аудиторная/ дистанционная	1	Вводное занятие. Туристские путешествия. История развития туризма. Туристические тропы Ершова и Ершовского района.	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Анкетирование/ онлайн-анкетирование
				Практикум аудиторная/ дистанционная	1	Личное и групповое снаряжение.	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Тестирование/ онлайн-тестирование
				Занятие	2	Организация	Кабинет 18	Игра/

				-игра аудиторная/ дистанционная		туристского быта. Биваки.	<u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	интерактивная игра
				Практикум аудиторная/ дистанционная	2	Костры. Типы и виды костров.	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Тестирование/ онлайн-тестирование
				Занятие - соревнование аудиторная/ дистанционная	2	Узлы. Виды узлов. Способы вязки.	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Соревнование/ онлайн-соревнование
				Практикум аудиторная/ дистанционная	1	Питание в туристском походе.	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Тестирование/ онлайн-тестирование
				Практикум аудиторная/ дистанционная	2	Подготовка к походу, путешествию.	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Презентация маршрута/ онлайн-презентация

				я				
				Практи- кум аудитор ная/ дистанционна я	1	Туристские должности в группе.	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Анкетиро- вание/ онлайн- анкетирование
				Практи- кум аудитор ная/ дистанционна я	1	Правила движения в походе.	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Тестирова- ние/ онлайн- тестирование
0				Практи- кум аудитор ная/ дистанционна я	1	Техника безопасности при проведении туристских походов и занятий.	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Тестирова- ние/ онлайн- тестирование
Раздел 2. Наставничество. 6 часов								
1				Практи- кум аудитор ная/ дистанционна я	2	Как провести диагностическую/ развивающую беседу с наставляемым, для уточнения зон развития	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Тестирова- ние/ Онлайн- тестирование
2				Занятие -игра	2	Разработка мер преодоления	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u>	Ролевая игра/

				аудитор ная/ дистанционна я		трудностей и ожидаемые результаты по итогам их реализации	(uchi.ru)	Интерактивная игра
3				Занятие -игра аудитор ная/ дистанционна я	2	Как подготовить наставляемого к конкурвному испытанию	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Ролевая игра/ Интерактивная игра
Раздел 3. Топография и ориентирование. 11 часов.								
4				Практи кум аудитор ная/ дистанционна я	2	Понятие о карте.	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Чтение карты (очно/дистанци онно)
5				Занятие -игра аудитор ная/ дистанционна я	2	Условные знаки.	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Игра «Топографичес кое лото»/ интерактивная игра
6				Занятие - соревнование аудитор ная/	1	Компас.	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Соревнов ание/ онлайн- соревнование

				дистанционная				
7				Занятие - соревнование аудитор ная/ дистанционная	3	Азимут.	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Соревнование/ онлайн-соревнование
8				Занятие -игра аудитор ная/ дистанционная	1	Ориентирование по местным предметам. Ориентирование по горизонту.	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Игра/ интерактивная игра
9				Занятие - соревнование аудитор ная/ дистанционная	2	Измерение расстояний	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Соревнование/ онлайн-соревнование
Раздел 4. Краеведение. 11 часов.								
0				Занятие - исследование аудитор ная/ дистанционная	4	Родной край, его природные особенности, история, известные земляки.	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Исследование/ онлайн-исследование

				я				
1				Практи кум аудитор ная/ дистанционна я	3	Туристские возможности края. Обзор краеведческих объектов, музеев.	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Викторин а/ онлайн- викторина
2				Занятие -акция аудитор ная/ дистанционна я	2	Охрана природы и 23памятников культуры.	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Акция (очно/дистанци онно)
3				Экскурс ия аудитор ная/ дистанционна я	2	Пешеходные экскурсии	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Экскурси я/ онлайн- экскурсия
Раздел 5. Основы гигиены и первая доврачебная помощь. 7 часов.								
4				Практи кум аудитор ная/ дистанционна я	2	Личная гигиена туриста.	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Тестирова ние/ Онлайн- тестирование
5				Практи кум аудитор	1	Походная аптечка.	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Тестирова ние/ Онлайн- тестирование

				ная/ дистанционна я				
6				Занятие -игра аудитор ная/ дистанционна я	2	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Игра/ интерактивная игра
7				Занятие - соревнование аудитор ная/ дистанционна я	2	Приемы транспортировки пострадавшего.	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Соревнов ание/ онлайн- соревнование
Раздел 6. Общая и специальная физическая подготовка. 23 часа.								
8				Практи кум аудитор ная/ дистанционна я	1	Краткие сведения о строении организма человека.	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Тестирова ние/ Онлайн- тестирование
9				Практи кум аудитор ная/ дистанционна я	2	Врачебный контроль, самоконтроль. Предупрежден ие травм на тренировках.	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Тестирова ние/ Онлайн- тестирование

0				Практи- кум аудитор ная/ дистанционна я	3	Общая физическая подготовка.	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Наблюден ие (очно/дистанци онно)
1				Практи- кум аудитор ная/ дистанционна я	3	Специальная физическая подготовка.	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Наблюден ие (очно/дистанци онно)
2				Поход аудитор ная/ дистанционна я	2	Туристские походы	Кабинет 18 <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Учебный поход/ виртуальная экскурсия
3				Соревн ование аудитор ная/ дистанционна я	2	Итоговое занятие «Муниципальный туристический слёт»	Район ЛОЛ «Дельфин» <u>Учи.ру</u> (uchi.ru)	Соревнов ание/ онлайн- соревнование
				ИТОГ О:	2 часа			

2.4. Оценочные материалы

Для определения результативности программы используется диагностический инструментарий:

1. Диагностика предметных результатов:

- усвоение знаний: устный контроль – индивидуальный и фронтальный опрос, диагностическая беседа;
- диагностика специальных умений: педагогическое наблюдение; анализ творческих работ детей.

2. Диагностика метапредметных результатов:

- регулятивных (умение сравнивать, анализировать, выделять главное, обобщать;

планировать и грамотно осуществлять учебные действия в соответствии с поставленной задачей, рационально строить самостоятельную творческую деятельность, организовывать место занятий) – педагогическое наблюдение;

- коммуникативных (умение вести диалог, распределять функции и роли в процессе выполнения коллективной творческой работы) – педагогическое наблюдение;

- познавательных (осознанное стремление к освоению новых знаний и умений) – педагогическое наблюдение.

3. Диагностика личностных результатов:

- диагностика уровня воспитанности;
- педагогическое наблюдение.

Результатом изучения данного курса занятий будет подготовленный самими учащимися поход, который даст возможность каждому из них почувствовать себя настоящим туристом, получить заряд положительных эмоций от общения с природой, а романтика туризма никого не оставит равнодушным.

«Аттестационные материалы для итогового контроля»

Тест

Обратный азимут отличается от прямого азимута на а) 90 градусов; б) 45 градусов;

- в) 180 градусов. +

Самый ядовитый гриб в лесу:

- а) Мухомор;
- б) Бледная поганка; + в) Белый гриб; г) Ложный опёнок.

Когда вы быстрее устанете? Когда а) сами проложили маршрут движения; б) идёте (бежите) по проложенному кем-то другим маршруту. +

Если вы бежите тихо (не шумно), значит вы бежите а) правильно; + б) плохо.

Фартлек - это бег:

- а) с остановками; б) с ускорениями. +

Следы животных лучше всего изучать:

а) летом; б) весной; в) зимой. +

Эскиз участка местности называется:

а) план;

б) абрис; + в) карта.

В велосипедном походе разрешено двигаться колонной по а) одному; б) два; +

в) и то, и то верно.

В густом лесу слышимость:

а) улучшается; б) ухудшается. +

Для сооружения укрытия в лесу надо заготовить несколько ж... ; из жердей необходимо сделать кар

Ответы: жердей, каркас.

Бивак в походе обеспечивает туристам:

а) удобство;

б) безопасность; + в) независимость.

Глазомер - это способность визуально определять:

а) размеры;

б) расстояния;

в) и то, и то правильно. +

Чтобы определить своё местоположение на карте, надо перенести на карту минимум: а) два; +

б) три;

в) четыре -

азимута на видимые, узнаваемые на карте объекты.

Партизанская борьба на Брянщине во время ВОВ развилась из:

а) диверсионной борьбы;

б) боевых действий на фронте;

в) и то, и то правильно. +

Сначала следует научиться ориентироваться в

а) малых пространствах; +

б) больших пространствах

Количественный и качественный анализ:

Методы работы Теория: Практика: Общая оценка мониторинга:

В – высокий уровень В - ___ чел.- ___% В- ___ чел - ___% В - ___ чел - ___%

С – средний уровень С - ___ чел- ___% С - ___ чел- ___% С. - ___ чел- ___%

Н – достаточный (низкий) уровень Н- ____ чел- ____ % Н - ____ чел- ____ % Н
- ____ чел- ____ %

РЕКОМЕНДАЦИИ:

При заполнении карты диагностики усвоения программного материала следует учитывать

В теоретическом разделе педагог прописывает:

1. Знание мер безопасности при организации и проведении занятий.
2. Истории развития спортивного туризма в России.
3. Краеведение и история Донского края.
4. Основы ориентирования, топография.
5. Знание основ оказания первой доврачебной помощи
6. Порядок организации и проведение соревнований по туризму.
7. Полученные знания по пройденным темам и разделам программы

(далее по своей общеобразовательной программе)

В практическом разделе педагог прописывает:

1. Выполнение правил безопасности на занятии, использование спортивного инвентаря..

2. Преодоление этапов КТМ.

3. Владение навыками оказания первой доврачебной помощи, вязка носилок.

4. Ориентирование по карте и на местности (с учетом норматива времени).

5. Владение навыками установки палатки, разведение костра (с учетом времени).

6. Уровень ОФП.

7. Диагностические среды, тесты, практические задания;

8. Участие в районных, областных туристских мероприятиях, соревнованиях (тема, содержание, дата участия)

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ:

В – высокий уровень компетентностей учащегося: имеет высокий уровень практической подготовленности и теоретических знаний по программе; проявляет познавательную активность, умеет «слушать и слышать» педагога, проявляет самоорганизацию, самодисциплину, лидерские качества; отлично владеет практическими умениями и навыками, свободно применяет полученные знания на практике (в ходе соревнований, конкурсов, туристических слетов, в жизненных ситуациях др.). На соревнованиях и зачетах показывает отличные успехи, стабильность; имеет хорошую физическую и специальную подготовку; проявляет устойчивый интерес к регулярным занятиям туризмом.

С - средний уровень компетентностей учащегося: имеет достаточный уровень теоретических знаний по изученным темам; проявляет активность; уровень самоорганизации и самодисциплины развит средне; хорошее овладение практическими умениями и навыками; уверенно применяет полученные знания на практике. В ходе соревнований показывает, как правило, хорошие результаты, имеет нормальную общую физическую и специальную подготовленность.

Н – достаточный (низкий) уровень компетентностей учащегося: имеет допустимый уровень знаний по изученным темам. Практические умения и навыки сформированы не в полном объеме, в результате чего, обучающийся на соревнованиях и зачетных занятиях показывает средние и низкие результаты. Общая и специальная физическая подготовленность недостаточная.

ВЫВОДЫ: из резервного состава в основную группу можно переводить учащихся, показавших при диагностике только средний и высокий уровень сформированных компетентностей.

2.5 Список литературы

Для педагога

1. Арэфьев В. Е. «Введение в туризм». Барнаул, 2002. – 281 с.
2. Гаранин Н. И. Менеджмент туризма. «Туризм как вид деятельности». // – 288с.
3. Даньшин Н. К. «Организация и технология туризма». Донецк, 2006. – 263 с.
4. Зорин И.В., Ильина Е. Н., Квартальнов В. А. и др. М., 2001. – 270 с.
5. Квартальнов В. А. «Теория и практика туризма.» М., 2003. – 672 с.
6. Костюкова О. И. «Основы туризма». Владивосток, 1998. – 275 с.

Для обучающихся

1. Александрова Л. И. «Технологии физкультурно-спортивной деятельности: спортивное ориентирование» учеб. Пособие. Красноярск: ИПК СФУ, 2008. – 75 с. – (Технологии физкультурно-спортивной деятельности: спортивное ориентирование: УМКД № 290-2007 / рук. творческого коллектива Л. И. Александрова).
2. Иванов Е.И. Начальная подготовка ориентировщика. М.: Физкультура и Спорт, 1985. — 159 с.
3. Коструб А.А. «Медицинский справочник туриста». - М.: Профиздат. 1986 г. – 241 с.
4. Кабушкина Н. И. Организация туризма.//Под ред. Мн., 2005. 632 с

