

Управление образования администрации МР «Сосногорск»

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Дом детского творчества» г. Сосногорска

РЕКОМЕНДОВАНА  
Методическим советом  
Протокол № 1  
от « 28 » августа 2020 г.

УТВЕРЖДЕНА  
Приказом № 176  
от « 01 » сентября 2020 г.  
Директор Е.Ю. Борисова

ПРИНЯТА  
педагогическим советом  
Протокол № 1  
от « 31 » августа 2020 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«ТРОПИНКА»**

Направленность: **туристско-  
краеведческая**

Возраст обучающихся: **7-10 лет**

Срок реализации: **1 год**

Составитель: **Камашев  
Вячеслав Алексеевич,**  
педагог дополнительного обра-  
зования

г. Сосногорск  
2020 г.

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Тропинка» туристско-краеведческой направленности. Программа разработана в соответствии с основными нормативно-регламентирующими документами:

- Законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012г. N 273-ФЗ.
- «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (утверждён приказом Министерства просвещения России от 09.11.2018 г. № 196).
- «Концепцией развития дополнительного образования детей».
- «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ» (Письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 года № 09-3242).
- СанПин 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей", утвержденный постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года N 41.
- Уставом МБУДО «ДДТ» г. Сосногорска.
- Положением о разработке, структуре и утверждении дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ МБУДО «ДДТ» г. Сосногорска.

Программа «Тропинка» позволяет решать вопросы популяризации здорового образа жизни, дает первоначальные сведения о туризме, содействует организации здорового и содержательного досуга, обеспечивает массовость туристско-краеведческих мероприятий.

**Цель:** формирование мотивации к занятиям туризмом и ведению здорового образа жизни.

### **Задачи:**

*В воспитании:*

- формирование сплочённого коллектива;
- формирование познавательного интереса к истории родного края;
- формирование интереса к занятиям спортивным, экологическим туризмом.

*В обучении:*

- приобретение знаний о технике безопасности;
- приобретение знаний о возникновении, развитии и современном положении Сосногорского района;
- приобретение навыков работы с компасом;
- приобретение первоначальных сведений о туризме, туристских навыков.

*В развитии:*

- общее физическое развитие;
- развитие умения ориентироваться в пространстве и на местности.

**Отличительные особенности.** Программа рассчитана на 1 год. За этот период обучающиеся получают основные представления о туристско-краеведческом направлении.

В программе имеется модульный блок «тематический», в котором виды деятельности планируются в зависимости от состава и характеристики группы.

### Организационно-педагогические основы обучения

**возраст учащихся:** - 7-10 лет

**сроки реализации:** - программа рассчитана на 1 год обучения.

**режим занятий \***

Год обучения	Периодичность в неделю	Продолжительность занятия	Количество недель
1	2	1	72

**формы занятий:**

формы занятий	место проведения	количество обучающихся	необходимые условия
занятия по теории	Кабинет, в классе школы	вся группа	доска школьная, проектор
Занятия и соревнования по туртехнике и турнавыкам	на полигоне; на местности за городом; в спортзале.	микрогруппа до бчел, вся группа и по положению	страховочное и общественное турснаряжение, спорткарты, спортивный инвентарь
походы, прогулки, полевые выходы, тематические экскур.	на местности за городом, по месту экскурсии.	вся группа; микрогруппа от бчел.	общественное и личное снаряжение
мероприятия конкурсные	кабинет ТКК «Вымпел», в спортзале; классе школы.	творческая группа	

### Ожидаемые результаты

**По окончании реализации программы обучающиеся могут знать:**

- понятия « спортивный туризм», «туристский поход»;
- туристские маршруты окрестностей;
- содержание личного и группового снаряжения для похода и соревнований;
- виды безопасности при работе со страховочным снаряжением;
- об истории возникновения, развития и современном положении Сосногорского района.

**уметь:**

- работать с личным и групповым туристским снаряжением;
- работать со страховочным снаряжением;
- проходить дистанции туристского многоборья 1 класса сложности;
- подготовить место для похода, ориентироваться по спорткарте;

- завязывать 2 функционально разных узла;
- пользоваться компасом.

Обучающиеся, желающие заниматься туристско-краеведческой деятельностью, могут продолжить обучение в объединении «Юный турист».

## 2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Тема	количество часов		
		теория	практика	всего
	Вводное занятие	2	0	2
1	Общие сведения о туризме	8	0	8
2	Полевые мероприятия	2	16	18
3	Соревнования, техническая подготовка	4	12	16
4	Краеведение и экология	8	4	12
5	Блок тематический*	0	14	14
	Итоговое занятие	2	0	2
	Итого	<b>26</b>	<b>46</b>	<b>72</b>

*Примечание:* \* В теме «Блок тематический», в зависимости от условий работы с классом, его организованности, будут предлагаться некоторые модули на выбор

## 3. СОДЕРЖАНИЕ

### Вводное занятие.

**Теория:** Знакомство, ознакомление с программой. Путешествия как средство познания мира. Понятие о спортивном туризме. ТКК «Вымпел» - особенности развития.

### 1. Общие сведения о туризме.

**Теория:** виды туризма по тур классификации; что такое туристский поход; увлекательный мир путешествий; разрядные нормативы. Путешествия и маршруты в окрестностях города, районе и РК, знаковые точки, полигоны турклуба. Правила безопасности.

**Практика:** полевой ознакомительный выход

### 2. Полевые мероприятия.

**Теория:** поход выходного дня (ПВД) и полевые выходы (ПВ) как основа подготовки туристов. Как составляются маршруты. Понятие о личном и групповом снаряжении для различных видов туризма и в зависимости от сезонов (рюкзак, палатка, костровое имущество, спальники, питание, специальное снаряжение). Ориентирование по карте и с компасом. Правила безопасности в походах.

**Практика:** ознакомление с личным и групповым снаряжением. Организация туристского быта в ПВД. Подготовка к походам: меню, подбор снаряжения, сборка рюкзака, палатки, бивачное и спальное снаряжение. Совершение ПВД и ПВ. Сдача снаряжения, итоги похода. Лыжные, пешеходные, велосипедные прогулки в лес: ознакомительные, поисковые, исследовательские.

Подготовка и участие в турслетах.

### 3. Соревнования.

**Теория:** туристское спортивное многоборье (ТСМ) и ориентирование; виды соревнований, страховочное снаряжение, правила страховки. Правила безопасности при работе со страховочным снаряжением на полосе препятствий и трассе ориентирования.

**Практика.** Техническая подготовка на полосе препятствий. Спортивное ориентирование как вид ТСМ; принципы составления картосхем; подготовка полигонов для ориентирования; ориентирование по спорткарте. Проведение соревнования по технике туризма и по ориентированию на полигонах в спортзале, итоги. Поляна заданий: узлы, аварийные и то-познаки, работа с картой.

#### 4. Краеведение и экология.

**Теория:** Наш край. Наша окружающая среда. Сосногорский район на карте РК: географическое положение, природные особенности, история возникновения, развитие и современное положение. План города.

Экология территории: состояние, проблемы, потенциально опасные производства города, района, республики. Инженерно-технические сооружения города (населенного пункта). Решение экологических проблем. Что такое экологическая тропа?;

**Практика:** экологические тематические прогулки, наблюдения, экскурсии на предприятия. Проведение работы: методика, поисковые выходы, выдача домашних заданий и проверка, составление реферата, составление презентации

#### 5. Блок тематический (практические мероприятия):

- выпуск классной газеты или информационных материалов:- организационные мероприятия;
- исследовательская и проектная деятельность: выбор темы и составление программы; исследовательские и поисковые выходы; составление презентации;
- выездная экскурсия: выбор маршрута, условия, организационные мероприятия и поездка;
- тематические лекции: познавательного, воспитательного содержания;
- событийные мероприятия и подготовка к ним: акции; праздники;
- досуговые, познавательные, конкурсные мероприятия; дискуссионные площадки

**7.Итоговые занятия.** Подведение итогов, награждение лучших. Возможности дальнейших занятий. Ознакомление с дальнейшими полевыми мероприятиями условиями участия

**Практика,** Проведение зачетных мероприятий.

## 4.МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

### Этапы педагогического контроля

<i>№</i>	<i>какие знания, умения, навыки контролируются</i>	<i>форма подведения итогов</i>
1	Практические походные навыки	Поход
2	Освоение дистанций тур полосы препятствий 1 класса сложности.	Участие в соревнованиях
3	Умение ориентироваться по простейшей спорткарте.	Соревнования
4	Наш край	Викторина краеведческая

#### *Дидактические материалы*

Стенд для тренировок по технике туризма.

Полигоны для тренировок по технике туризма.

Оборудованные поляны для походов.

Разработанные маршруты для походов.

Проложенная лыжня (зима).

Теоретические наработки методических профильных центров.

## 5. ЛИТЕРАТУРА

1. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся М., 1995.
2. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся. М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2000.
3. Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов М., 1987.
4. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ.– М.:РЦДЮТур МО РФ,1995.
5. Спортивное ориентирование: Правила соревнований.– М.: Физкультура и спорт, 1983г.
6. Узлы техника вязания и применения .- М.: ООО «ВСВ- Сфинкс», 1997.
7. Шабанов А.Н. Карманная энциклопедия туриста. -М., 2000.