

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа № 56

Принята на заседании
педагогического совета МБОУ
СОШ № 56
От 07.08.2023
Протокол № 1

Утверждена
Приказом от 07.08.2023г.
№ 180-ДОП
Директор МБОУ СОШ № 56
Лаврова Е.А.
«07» августа 2023г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ПРОГРАММА - ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА «Туристический клуб «ВездеХод»**

Возраст обучающихся 11 – 17 лет

Срок реализации –1 год

Автор-составитель:

Масловский Виталий Олегович

педагог дополнительного образования

Нижний Тагил

Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Направленность (профиль) программы – туристско-краеведческая.

Актуальность программы.

Туристско-краеведческая деятельность, как одно из направлений дополнительного образования, выступает комплексным средством всестороннего развития личности, ее эффективной самореализации в обществе. Развитие туристско-краеведческой деятельности в системе образования исторически обусловлено социально-экономическими процессами, происходящими в обществе, запросами семьи и самого ребенка. Разнообразные формы деятельности обеспечивают комплексный характер в обучении, воспитании и оздоровлении детей, в ней заложены широкие возможности для творческой самодеятельности – спортивной, научной, художественной, технической, социальной и др.

Новизна программы опирается на понимание приоритетности воспитательной работы, направленной на развитие чувства патриотизма, морально-волевых и нравственных качеств обучающихся.

Отличительные особенности программы.

Данная программа была разработана с учетом запросов детей, потребностей семьи в туристических ценностях родного края. В настоящее время всё большее внимание уделяется пропаганде здорового образа жизни. Одной из составляющей этой работы и является туристско-краеведческая деятельность. Туристско-краеведческая деятельность относится к традиционным методам воспитания, обучения и оздоровления детей и служит важным средством гармоничного развития, укрепления здоровья, воспитания современного человека. Экскурсии, походы по родному краю, путешествия по стране помогают ребятам лучше узнать природу, полюбить родной край, научиться разумно использовать её богатства, ценить их и беречь. Краеведческая работа воспитывает любовь к своему краю, прививает интерес к познанию нового, формирует практические умения и навыки. А занятия туризмом нельзя рассматривать как кратковременное развлечение, как самоцель для удовлетворения личных интересов человека, в отрыве от умственного, трудового, нравственного и эстетического воспитания.

«Туристический клуб «ВездеХод» – возможность познания учащимися родного края, реализации интересов в изучении природного разнообразия и историко-культурного наследия Урала, формирование туристских,

спортивных и краеведческих знаний, умений и навыков средствами внешкольного образования.

Педагогическая целесообразность программы.

В содержании программы учтены требования базового и полного общего среднего образования в области «Обществознание», «Здоровье и физическая культура», «Краеведение», «Медико-санитарная помощь». Важная роль отводится формированию у кружковцев языковой культуры, усвоению туристской терминологии, практических навыков работы с компасом, курвиметром, картографическими материалами, пользования туристским снаряжением и оборудованием.

Адресат программы – обучающиеся в возрасте 11-17 лет. В группе могут обучаться учащиеся разного возраста; принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний к освоению программы.

Объем и срок освоения программы.

На проработку учебного материала отводится 136 часов в год. Программа рассчитана на 1 год. Продолжительность занятий определяется с учетом психофизиологического развития и допустимой нагрузки и составляет в академических часах 40 минут. Продолжительность экскурсий, проводимых в городе – 4 часа, однодневных экскурсий, предусматривающих выезд за город – 8 часов, двухдневных – 14 часов, трехдневных – 22 часа. Необходимым условием организации экскурсий и практических занятий на местности является соблюдение санитарно- гигиенических требований и техники безопасности.

Уровень программы – ознакомительный (стартовый).

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса.

Организация образовательного процесса происходит в группах учащихся разных возрастных категорий; состав групп постоянный.

В основу программы положены базовые блоки:

- спортивно-туристская подготовка;
- физическая культура;
- основы первой медицинской помощи.

При планировании теоретических и практических занятий, экскурсий, путешествий и соревнований учитываются сезонные изменения погоды. Во время каникул планируются массовые мероприятия: экскурсии, походы, соревнования и т.д.

Наряду с групповыми, коллективными формами работы проводятся индивидуальные занятия с кружковцами согласно действующему Положению о порядке организации индивидуальной и групповой работы во внешкольных учебных заведениях. Создаются условия для дифференциации и индивидуализации обучения в соответствии с творческими способностями, одаренностью, возрастом и психофизическими особенностями состояния здоровья детей.

Режим занятий – занятия проводятся 2 раза в неделю. Одно занятие длится 2 академических часа с перерывом между занятиями 10 минут (1 академический час – 40 мин), второе занятие длится 1 академический час (40 мин).

2.1. Цель и задачи программы

Целью программы является формирование компетенций личности в процессе усвоения базовых знаний по туризму и краеведению; создание оптимальных условий для развития и самореализации учащихся, формирования позитивных жизненных ценностей в процессе туристско-краеведческой деятельности.

Основные задачи программы:

Образовательные (обучающие):

бучить основам техники пешеходного туризма, приемам техники безопасности, организации быта в походах, экспедициях;
асширить знания по географии, биологии, экологии, полученные в средней школе;

Метапредметные (развивающие):

азвивать творческую, познавательную и созидательную активность;
асширять знания об окружающем мире;
креплять здоровье, воспитывать физическую культуру в единстве с интеллектуальным и духовным развитием;

Личностные (воспитательные):

оспитывать экологическую культуру, чувство ответственности за состояние окружающей среды;

оспитывать коллективизм, способствовать освоению стандартов культуры труда и общения;
 оспитывать самообладание и силу воли;
 ормировать умение видеть красоту окружающего мира; - воспитывать потребность в здоровом образе жизни;
 орректировать отклоняющееся поведение.

оспитательный потенциал программы

Воспитательная работа в рамках программы туристического клуба «ВездеХод» направлена на: воспитание чувства патриотизма и бережного отношения к русской культуре, ее традициям; уважение к высоким образцам культуры других стран и народов; воспитание чувства бережного отношения к собственной жизни и жизни окружающих.

Для решения поставленных воспитательных задач и достижения цели программы учащиеся привлекаются к участию в лекциях и беседах, а также тематических экскурсиях и походах.

Предполагается, что в результате проведения воспитательных мероприятий будет достигнут высокий уровень сплоченности коллектива, повышение интереса к краеведческим занятиям; привлечение родителей к активному участию в работе объединения.

одержание программы Тематический план

№	Название раздела, темы	Количество часов		Формы аттестации/ контроля	
		Всего	В том числе		
			Теория		Практика
	РАЗДЕЛ I. Вводная часть				Опрос
	Вступительное занятие. Понятие о туризме				

	Техника безопасности при проведении учебных занятий и туристско-краеведческих путешествий. Правила проведения туристских путешествий				
	РАЗДЕЛ II. Спортивно-туристская подготовка				Итоговые соревнования
	Особенности видов спортивного туризма				
	Спортивное ориентирование. Топографическая				
	подготовка				
	Туристское снаряжение				
	Туристский быт. Организация питания в туристском путешествии, организация бивака				
	Техника пешеходного туризма				
	Подготовка к летней экспедиции				
	Правила проведения соревнований по видам спортивного туризма				
	РАЗДЕЛ III. Физическая культура				Сдача нормативов
	Физическая подготовка. Спортивные игры				

Участие в массовых мероприятиях (проведение учебных путешествий, соревнований, экспедиций, походов)				
РАЗДЕЛ IV. Гигиена туриста и безопасность жизнедеятельности				Письменный тест
Правила санитарии и гигиены.				
Первая (доврачебная) медицинская помощь				
РАЗДЕЛ V. Итоговое занятие				Полевой выход
Многодневное туристскокраеведческое путешествие	Вне сетки часов			
Всего:				

Содержание программы

РАЗДЕЛ I.

Вводная часть

ступительное занятие.

Место и роль детско-юношеского туризма и краеведения в системе внешкольного образования. Обсуждение плана работы кружка на год.

Понятие о туризме и краеведении.

Привлекательность нашего края для туристов и всех, кто желает изучать и узнать свой край.

Туристско-краеведческие путешествия, их учебное и познавательное значение, содействия физическому развитию детей, формированию их здоровья.

техника безопасности при проведении учебных занятий и туристско-краеведческих путешествий.

Техника безопасности при проведении занятий в помещениях, спортивных залах, на спортивных площадках и на местности. Безопасные условия

организации экскурсий. Правила дорожного движения. Нормы поведения в городском и междугородном транспорте.

Противопожарная безопасность в местах проведения туристско-краеведческих мероприятий.

Правила проведения туристских путешествий.

Права и обязанности участников туристско-краеведческих путешествий. Основные направления работ по подготовке путешествия. Обеспечение безопасных условий проведения путешествий. Ознакомление с Правилами проведения туристских путешествий с ученической и студенческой молодежью.

РАЗДЕЛ II.

СПОРТИВНО-ТУРИСТСКАЯ ПОДГОТОВКА

2.1. Особенности видов спортивного туризма.

Чем интересен и полезен спортивный туризм. Виды спортивного туризма: пешеходный, горный, водный, лыжный, велосипедный и другие.

Особенности видов спортивного туризма.

2.2. Спортивное ориентирование. Топографическая подготовка.

Понятие о геодезии и картографии. Условные топографические знаки. Изображение горизонталей и рельефа на картах. Измерение расстояний на карте и на местности. Общие сведения об ориентировке на местности. Компас и его строение. Понятие об азимуте. Спортивное ориентирование как вид спорта. Масштаб карт. Упражнения по чтению карт спортивного ориентирования.

Ориентирование с помощью компаса, карты, по местным предметам и явлениями природы. Определение на карте точки своего местонахождения, расстояний до удаленных объектов, их размеров.

Практические занятия.

Изготовление карт топографических знаков. Топографические задачи, игры, диктанты. Разработка схемы маршрута. Работа с компасом, курвиметром, транспортиром, визирной линейкой.

Проверка компаса, определение азимутов на местности. Движение по указанному азимуту. Определение сторон горизонта по местным предметам.

Пользование картами и схемами на местности.

. Туристское снаряжение.

Групповое и личное снаряжение для туристского путешествия в зависимости от района путешествия, способа передвижения, времени года и погоды.

Виды рюкзаков, палаток, спальных мешков и др. Основные требования к снаряжению. Уход за снаряжением и его ремонт. Комплектация ремонтного набора. **2.4. Туристский быт. организация питания в туристском путешествии.** Общие требования к местам привалов и ночевок. Выбор места для бивака (с учетом правил охраны природы). Снятие бивака. Уборка места привала. Противопожарные мероприятия. Различные типы костров и их назначение. Обустройство места для костра. Разжигание костра. Сушка и ремонт одежды, обуви. Противопожарная безопасность. Режим дня в путешествии.

Набор продуктов. Режим питания и калорийность пищи в путешествии. Меню, хранение продуктов. Санитарные требования. Приготовление пищи в различных погодных условиях.

Практические занятия.

Составление списков группового и индивидуального снаряжения. Ознакомление с имеющимся снаряжением. Установка палаток, использование оборудования для приготовления пищи. Подготовка и ремонт имеющегося снаряжения. Изготовление оборудования для сушки одежды и обуви. Упаковка снаряжения и укладка рюкзака. Туристский поход. Составление списка необходимых продуктов и меню для одно-двухдневного и многодневного путешествия.

Практические навыки пользования ремонтным набором, установка и снятие палаток, разжигание костра, приготовление пищи. Двухдневный поход.

2.5. Техника пешеходного туризма Практические занятия.

Правила соревнований по технике пешеходного туризма, классификация соревнований, требования к классу дистанции соревнований. Соревнования на местности в рамках двухдневного путешествия. Вязкая узлов. Техника преодоления естественных препятствий в различных условиях:

язка узлов (проводник, восьмерка, срединный, схватывающий Прусика, двойной проводник, грейпвайн, шкотовый, брамшкотовый, академический, прямой, встречный, ткацкий и др.)

вижение тропами (приемы движения на подъемах и спусках);

вижение травянистыми склонами (способы «елочка», «серпантин», «спортивный»);

вижение через лесную чащу (способы преодоления лесных завалов буреломов, скоплений валунов и др.);

вижение через болото, способы преодоления;

способы преодоления водных преград (вброд, по камням, по мостикам, «маятник», «цирк», с помощью навесной переправы).

2.6. Подготовка к летней экспедиции.

Цели и задачи экспедиции. Изучение района экспедиции. Методы сбора краеведческих материалов. Полевая тетрадь и полевой дневник, требования к их ведению, специальные вопросники.

Практические занятия.

Распределение обязанностей между членами группы. Работа с картографическим материалом в целях разработки маршрута экспедиции.

Составление сметы и материальное обеспечение экспедиции.

2.5. Правила проведения соревнований по видам спортивного туризма.

Общие понятия о Правилах туристских соревнований. Положения и условия проведения соревнований как основные документы о соревнованиях. Судейство соревнований. Таблица штрафов. Командная карточка.

РАЗДЕЛ III.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

3.1. Физическая подготовка. Спортивные игры.

Гигиенические требования к занятиям физическими упражнениями. Личная гигиена туриста. Основные элементы режима дня. Утренняя гимнастика – важная составляющая физической подготовки туриста. Водные процедуры.

Общеразвивающие физические упражнения - основа занятий физической культурой и спортом. Ходьба и бег. Виды ходьбы. Походный шаг. Строй туристской группы. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса.

Упражнения для ног, шеи, туловища. Упражнения с предметами.

Понятие «Выносливость организма». Занятия легкой атлетикой, как средство укрепления организма. Прыжки. Упражнения по метанию.

Гимнастические упражнения с предметами и без предметов. Гимнастические приборы. Меры безопасности при выполнении упражнений на гимнастических снарядах.

Меры безопасности занятий на воде. Закаливание организма водой.

Спортивные игры и эстафеты. Правила спортивных игр и безопасность их проведения. Туристские и спортивные эстафеты.

Тренировочный туристский поход. Отработка приемов преодоления искусственных и естественных препятствий. Туристский строй.

Практические занятия.

Разучивание отдельных комплексов утренней гимнастики: упражнения подготовительной, основной и заключительной частей.

Разучивание различных видов ходьбы и бега, координации движений тела при изменении скорости и направления шага и бега. Разучивание упражнений для различных групп мышц.

Бег на короткие и средние дистанции. Отработка техники преодоления естественных препятствий при беге по пересеченной местности. Прыжки в длину с разбега и с места.

Отработка гимнастических движений с предметами и без них. Отработка страховки партнера.

3.2. Участие в массовых мероприятиях (соревнованиях, экспедициях, походах)

Изучение Положения о соревнованиях, слетах, экспедициях и условия их проведения. (двухдневный поход или соревнования)

Практические занятия.

Подготовка к массовым мероприятиям. Участие в мероприятиях всех уровней.

РАЗДЕЛ IV.

ГИГИЕНА ТУРИСТА И БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

4.1. Правила санитарии и гигиены.

Общие гигиенические требования: умывание, купание, закаливание. Поддержание чистоты тела. Меры по предупреждению потертостей при ходьбе. Требования к одежде и обуви, личному туристскому снаряжению. Профилактика заболеваний и травм в походе. Приемы самоконтроля. Водосолевой баланс. Питьевой режим. Обеззараживание воды.

4.2 Первая (доврачебная) медицинская помощь.

Помощь при желудочных и простудных заболеваниях, при тепловом ударе, при травмах и заболеваниях, возникших из-за неправильных действий туристов (ожоги, раны, порезы, отравления). Потертости, мозоли, переломы и их виды, вывихи, растяжения, сотрясение мозга, ушиб головы, живота, груди. Острая сосудистая недостаточность, обморок, шок. Виды кровотечений. Правила и техника наложения жгута. Помощь пострадавшему на воде. Предотвращение травматизма. Походная аптечка. Первая доврачебная помощь в зимних походах.

Практические занятия.

Отработка приемов самоконтроля физического состояния. Оказание первой доврачебной помощи и транспортировки пострадавшего. Наложение повязок, шин при различных типах переломов, вывихов, растяжений, ушибов и т.д.

Изготовление носилок, способы транспортировки пострадавшего, техника реанимации. Помощь при травмах и отравлении травами, грибами. Комплектование походной аптечки.

РАЗДЕЛ V. ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ

Подведение итогов работы кружка за год. Награждение лучших воспитанников кружка по итогам обучения. Задание на лето.

5.1. Многодневное туристско-краеведческое путешествие.

Подготовка и проведение туристско-краеведческого путешествия как форма комплексного закрепления и реализации приобретенных воспитанниками знаний, умений и навыков в учебном году (проводится вне сетки учебных часов и, как правило, во время летних каникул).

1.5. Планируемые результаты

Учащиеся должны знать:

сновные правила безопасности участников туристских походов и соревнований, при преодолении отдельных препятствий, организации бивака; - правила экологической безопасности, сохранения природы при проведении туристских путешествий и соревнований; - виды спортивного туризма и их особенности; сновные правила ориентирования на местности, порядок работы с картой и компасом при ориентировании на местности; иды костров и их назначение; туристское снаряжение для путешествия по родному краю; сновные требования к гигиене туриста в путешествии; правила организации учебного места; сновные исторические и природные достопримечательности родного края.

Учащиеся должны уметь:

риентироваться на местности с помощью карты и компаса, проходить несложные маршруты по легенде; азрабатывать маршруты 1-3 - дневных туристских походов по родному краю; - двигаться по слабо пересеченной местности, преодолевать травяные и песчаные склоны средней крутизны (с самостраховкой альпенштоком и /или взаимопомощью), заболоченные участки по кочкам или жердям, овраги по бревну или веревке с перилами;

язать основные туристские узлы - прямой, академический, восьмерку, проводник, схватывающий, удавку и т.п.;

становивать палатку, разжигать костер в различных погодных условиях;

отовить простые блюда в походных условиях на костре;

оставлять описание маршрута 1-3 - дневного похода;

облюдать правила санитарии, гигиены и техники безопасности, казывать первую доврачебную помощь;

ережно относиться к инструментам, оборудованию и снаряжению; - оценивать собственные достижения и достижения других кружковцев;

отрудничать и распределять обязанности при коллективной работе.

Ученики должны принять участие в соревнованиях по спортивному туризму и / или 1-3 дневной туристско-краеведческой путешествия.

личностными результатами являются:

ормирование положительного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих людей, к природе, как основным ценностям в жизни человека, к Отечеству, его истории и народу, к труду, к другим людям;

развитие интереса к изучению географии, истории и культуры родного края;

ормирование туристских умений и навыков.

Учащиеся получают возможность для формирования:

кологического мышления;

ознавательной мотивации к истории возникновения физической культуры и туризма;

мений и навыков, способов ориентирования на местности и элементарных правилах выживания в природе;

онимания значимости туризма для общефизической подготовки и укрепления здоровья человека;

отивации к выполнению норм гигиены и закаливающих процедур.

Регулятивные УУД:

Учащиеся научатся:

декватно воспринимать содержательную оценку своей работы; - следовать на занятиях инструкциям преподавателя;

носить коррективы в свою работу.

Учащиеся получают возможность научиться:

определять цель выполняемых действий;
адекватно оценивать правильность выполнения задания;
самостоятельно выполнять комплексы упражнений, направленных на развитие физических качеств;
развивать коммуникативные умения и навыки;
работать индивидуально и в группе;
осознанно использовать речевые средства для выражения своих мыслей и потребностей;
защитить природу, экологически мыслить.

Коммуникативные УУД:

Учащиеся научатся:

следовать традициям старших ребят, участников районных туристических соревнований;
отвечать на вопросы и задавать вопросы;
выслушивать друг друга;
рассказывать о режиме дня школьников, о личной гигиене;

Учащиеся получают возможность научиться:

рассказывать о влиянии физических упражнений на организм и здоровье человека;
различать виды туризма (пеший, лыжный, равнинный, горный, самостоятельный, спортивный);
договариваться и приходиться к общему решению, работая в паре, группе, в коллективе;
обеспечивать безопасное поведение во время занятий в спортивном зале, на спортивной площадке, в природной среде;
участвовать в однодневных, двухдневных походах, туристических слетах, соревнованиях.

Познавательные УУД:

Учащиеся научатся:

читать топографические карты;
следовать законам «Кодекса туриста»;
ориентироваться на местности без карты (по природным признакам, по компасу);
определять влияние занятий физическими упражнениями и туризмом на здоровье человека.

Учащиеся получают возможность научиться:

- существлять активную деятельность в коллективе;
- существлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, ориентируясь в естественной природной среде по природным ориентирам, используя топографические карты, справочную литературу; - различать виды туристской деятельности;
- описывать основные физические качества.
- описывать содержание личного и группового снаряжения туриста, описывать способы укладки рюкзака и самостоятельно укладывать рюкзак.
- описывать технику выполнения вязки узлов, осваивать её самостоятельно, применять различные узлы по их назначению в туристской технике, работать в группах, исправляя свои ошибки и помогая советом;
- применять различные способы при определении места для совершения похода;
- описывать все возможные варианты используемой еды в полевых условиях, их фасовку и приготовление, описывать вариативное выполнение укладки рюкзака продуктами питания.
- описывать технику выполнения всех действий при разворачивании лагеря (постановка палатки и её местоположение, натягивание тента, разведение костра; определение местоположения всех станций по отношению друг к другу).
- описывать типы компасов, строение и принцип работы. Самостоятельно выполняют ориентирование на местности.
- описывать существующие топографические знаки, находить их на местности; - выполнять передвижение по азимуту, определять своё местоположение на карте самостоятельно;
- знать виды препятствий в туризме, описывать, возможные варианты преодоления этих препятствий.
- выполнять преодоление препятствий самостоятельно, со страховкой и с помощью педагога;
- приобретать знания о природе, истории, культуре родного края;
- получать навыки изучения и описания природных объектов;
- использовать туристско-краеведческий материал в образовательном процессе;
- проводить работу над ошибками и устранять их;
- развивать коммуникативные способности при общении с одноклассниками; - взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения материала, соблюдать правила безопасности.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

алендарный учебный график

Материально-техническое обеспечение

№ п/п	Наименование	Наименование параметра (показателя)
	Палатка туристическая с тентом (каркаснодуговая) четырехместная	Двухслойная палатка с двумя входами Внешний тент палатки устойчив к ультрафиолетовому излучению Имеет пропитку, задерживающую распространение огня Два вентиляционных клапана Все швы проклеены Идеальна для туристических походов в весеннее, летнее и осеннее время Размер: 320 x 210 см Количество мест: 4 Тент :100% полиэстер 75D/190T RipStop PU, от 4000 до 6000 мм в сутки Внутренняя палатка: 100% дышащий полиэстер Каркас: Dugapol 8,5 мм Дно: 100% полиэстер 75D/190T от 5000 до 8000 мм в сутки

		<p>Количество входов: 1-2 Полный вес: 3,3 кг Количество тамбуров: 1-2 Размеры: спального места 180 x 210 см, тамбур 70 + 70 см, высота: 120 см</p>
	<p>Рюкзак объемом не менее 80 литров</p>	<p>Хорошо вентилируемый, с большой амплитудой регулировки спинной системы ABS, возможностью варьировать длину плечевых лямок и съемного поясного ремня Два интегрированных боковых кармана В основную камеру возможен доступ также при помощи дополнительной молнии-застежки под компрессионными ляжками на боку рюкзака Большой внутренний спинной карман Два внешних и один внутренний карман в верхнем съемном клапане рюкзака Центральная компрессионная лямка под клапаном с возможностью крепления альпинистской веревки, возможность создания поясной сумки с крышки и поясного ремня. Назначение – экспедиционный Тип конструкции – станковый Объем 80 л. Число лямок 2 Вес 2.35 кг Боковые карманы Фронтальный карман Боковая стяжка Регулируемый клапан Верхний карман Перегородка в основном отделении Грудная стяжка Поясной ремень Вентилируемые ляжки Накидка от дождя Высота 87 см Ширина 32 см Толщина 31 см</p>

	Спальный мешок	<p>Тип: Кокон. Температурные характеристики от 2 до – 8° С Есть возможность соединения двух спальников в один. Вес наполнителя: 1100 г. Конструкция наполнителя: двухслойная. Плотность наполнителя: 300 (2х150) г/м³. Размер мешка с/без компрессии (max/min): 15х28/20 см. Общая длина: 170 см. Ширина в плечах: 70 см., в ногах: 50 см.: Подкладка (внутренняя ткань): 100% PES</p> <p>Оболочка (внешняя ткань): Нейлон с DWR пропиткой. Утеплитель: Thermolite Quallo. Длина - 170см Вес - 1.1 кг</p>
	Коврик теплоизоляционный	<p>Материал: Изолон (физически сшитой пенополиэтилен и пеносэвилен). Гигиенический сертификат: 18.УЦ.02.224. Т.0010.9.М.98 Размеры коврика ДШТ: 180 х 60 х 0,8 см Плотность: 66 кг/м. Темпера эксплуатации коврика: от -60 до +80 С</p>
	Тент от дождя	<p>Материал тента: 100% полиэстер 75D/190T</p> <p>Водостойкость тента (мм в. ст): от 2000 до 4000 Количество слоев: 1 Комплектация: оттяжки Наружний габарит (см): 300*500 Упаковка: Тканевый мешок</p>

	Спутниковый трекер типа SPOT	В компактном корпусе установлен ёмкий аккумулятор, в комплекте 2 штуки, так же 2 крышки, одна из которых с магнитным креплением, для размещения трекера на металлических поверхностях. На корпусе расположена кнопка SOS, для экстренного оповещения, при её удержании трекер отправит уведомление, на телефонные номера, указанные вами. Устройство обладает функцией геозабора, вы указываете определённую область, при покидании которой, трекер высылает вам
--	------------------------------	--

		уведомление.
	Каска туристическая	<p>Комбинированная конструкция</p> <p>Наружный материал: полипропилен</p> <p>Удобный ремешок под подбородком и для регулировки размера каски</p> <p>Область применения: альпинизм, скалолазание, обучающие курсы, прокатные центры, веревочные парки</p> <p>Совместимость с налобным фонариком Вес: 390 гр.</p> <p>Размер: 53-60 см. сертификаты: CE - EN 12493 Сертификат EN 12492, UIAA (Международный союз альпинистских ассоциаций)</p>

	<p>Карабин туристический</p>	<p>Дюралюминиевый карабин симметричной овальной формы с автоматической (байонетной) муфтой и защелкой типа keylock. Наиболее подходящий карабин для большинства видов работ. Наилучшим образом подходит для правильной работы блок-роликов с неразъемными щечками.</p> <p>Вес: 80 г.</p> <p>Раскрытие: 19 мм</p> <p>Продольная нагрузка: 24 kN</p> <p>Поперечная нагрузка: 8 kN</p> <p>Нагрузка с раскрытой муфтой: 7 kN</p> <p>Тип защелки: автомат</p> <p>Материал изготовления: дюраль</p> <p>Длина: 110, ширина: 60 мм</p> <p>Сертификаты: ТР ТС 019/2011; ГОСТ Р ЕН 362-2008; ГОСТ Р ЕН 365-2010</p>
	<p>Система страховочная</p>	<p>Для юных скалолазов. Это полностью регулируемая скалолазная беседка. Технология «силового каркаса», что обеспечивает распределение нагрузки в момент остановки падения на всю площадь пояса и ножных петель. 2 пряжки Duplex на поясе для регулирования беседки, а также правильного позиционирования страховочного кольца. 2 петли для развески снаряжения. Надежная универсальная беседка</p> <p>Усиленный силовой ремень в области спины, распределяющий нагрузку при срыве</p> <p>4 быстро регулируемые пряжки</p> <p>Регулируемые и комфортные ремни для ног</p>
		<p>Петля для надежного крепления страховочного устройства</p> <p>4 петли для развески снаряжения</p> <p>Материал изготовления – полиэстер</p> <p>Сертификат: EN 12277</p>

	Веревка 10 мм	Статическая мощная и прочная веревка с классом жесткости 48 (в плетении используется 48 прядей). Веревка обладает низким растяжением и достаточно высокой статической прочностью. Назначение: высотные работы, промышленный альпинизм, горный туризм, спелеология.
	Веревка 6 мм	Репшнур предназначен для вспомогательных целей. Оплетка цветная. Материал изготовления – полиамид Диаметр: 6 мм Вес: 20,4 г/м Разрывная нагрузка: 6,5 кН

Информационное обеспечение программы – аудио-, фото-, видеоисточники.

Методическое обеспечение.

Очное обучение по программе предусматривает вариативность как дидактических принципов, так и элементов инновационных методов обучения, направленных на формирование личности.

На занятиях кружка применяются разнообразные **методы обучения** в зависимости от возраста кружковцев. Среди них: репродуктивные (воспроизводящие), тренинговые (развитие знаний, приобретение умений и навыков), объяснительно-иллюстративные (рассказ, объяснение, беседа, иллюстрация, дискуссия и др.), дискуссионные, проблемно-поисковые (исследовательские, поисковые) методы обучения.

При проведении практических занятий предпочтение отдается подвижным и спортивным играм с элементами туризма, краеведческим исследованиям на природе, посещению историко-культурных объектов.

Применяются следующие **дидактические материалы**: картографический и раздаточный материалы, технические средства обучения, наглядные пособия. В процессе работы клуба, с целью эффективного усвоения систематизированных знаний, формирования умений и навыков, используются средства обучения в соответствии с действующим Типовым перечнем учебнонаглядных пособий и технических средств обучения для туристскокраеведческих внешкольных учебных заведений.

Программа реализуется в **индивидуально-групповой и групповой формах** организации образовательного процесса.

Используются следующие **педагогические технологии**: технология группового обучения, технология кейсов, технология дифференцированного обучения, технология проблемного обучения, технология игровой деятельности, технология развития критического мышления, здоровьесберегающая технология.

Учебные занятия проводятся в форме лекций, практических занятий, бесед, встреч, экскурсий, походов, посещений экскурсионных объектов.

Педагог, учитывая уровень подготовки, возраст, интересы учащихся, в установленном порядке может вносить изменения в распределение учебного времени на изучение отдельных тем программы.

Распределение часов по разделам – ориентировочный.

Алгоритм учебного занятия.

азминка (бег, занятия на спорт площадке);

практические занятия по закреплению материала предыдущей темы;

теоретическая часть темы текущего занятия; - практическая часть текущей темы;

подведение итогов.

2.3. Формы аттестации

В процессе реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы туристического клуба «ВездеХод» используются следующие виды аттестации:

– предварительная – начальное диагностирование способностей учащихся, определение исходного уровня индивидуальных способностей;

– промежуточная (текущая) – проводится в течение учебного года с целью отслеживания динамики формирования изобразительных навыков;

– итоговая – проводится в конце обучения по программе с целью определения изменения уровня развития качеств личности каждого ребенка, его творческих способностей, определения результатов обучения, ориентирования на дальнейшее (в том числе самостоятельное) обучение

Аттестация по программе проходит в форме викторины, конкурса, игры, сдачи туристских нормативов, теста.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

журнал посещаемости, маршрутный лист, материал тестирования, протокол соревнований, фото, отзыв детей и родителей.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

конкурс, слет, соревнование.

2.4. Список литературы для педагога и обучающихся:

агрова, Л.А. География Крыма / Л.А. Багрова, В.А. Боков, Н.В. Багров. – Киев : Лыбидь, 2001. – 12с.

алабанов, И.В. Узлы / И.В. Балабанов. – 5-е изд. – М. : Издатель Балабанов, 2004. – 4 с.

ардин, К.В. Азбука туризма / К.В. Бардин. – М. : Просвещение, 1981. – 18 с.

агрова, Л.А. География Крыма : учебное пособие для 8-9 класса / под ред. Саприной В.И. – Симферополь : Союзкарта, 2000. – 42 с.

акалдаев, Н.В. Пешком по Крыму или Крымские тропы /

Н.В. Закалдаев. – Киев : Атика, 2003. – 53 с.

акалдаев, Н.В. Пешком по Крыму или Перевалы горного Крыма /

Н.В. Закалдаев. – Симферополь, 2005. – 31с.

острица, М.Ю. Школьная краеведческо-туристская работа

М.Ю. Кострица, В.В. Обозный. – К : Вища школа, 1995. – 22 с.

ошруб, А.А. Медицинский справочник туриста / А.А. Коструб. – 2-е изд. – М. : Профиздат, 1990. – 67 с.

матюшин, Г.Н. Историческое краеведение / Г.Н. Матюшин. – М. : Просвещение, 1987. – 41 с.

подгорецкий, П.Д. Крым. Природа / П.Д. Подгорецкий. – Симферополь : Таврия, 1988. – 34 с.

прохоров, А.И. Советы юного туриста / А.И. Прохоров. – М. : Детгиз, 1960. – 96 с.

пустовойт, В.О. Организация и проведение учебно-туристской практики : учебное пособие / В.О. Пустовойт, В.Д. Дехтярь. – К. : КУТЕП, 2008. – 89 с.

ромашков, Е. Туристский поход в выходной день / Е. Ромашков. – М. : Профиздат, 1964. – 77 с.

рощин, А.Н. Ориентирование на местности / А.Н. Рощин. – М. : Высшая школа, 1982. – 23 с.

смирнов, Д.В. Юные туристы-краеведы. Программы для системы дополнительного образования детей / Д.В. Смирнов, Ю.С. Константинов, А.Г. Маслов. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2004. – 7 с.

- Соловьёв, Э.Я. Поведение в экстремальных ситуациях / Э.Я. Соловьёв. – М. : ИВФ Антал, 1996. – 28 с.
- Суперанская, А.В. Что такое топонимика? / А.В. Суперанская. – М. : Наука, 1985. – 88 с.
- Фесенко, Б.И. Книга молодого ориентировщика / Б.И. Фесенко. – М. : ЦДЮТур МО РФ, 1997. – 11 с.
- Шибяев, А.С. Умеете ли вы ориентироваться в пространстве и времени? Умеете ли вы предсказывать погоду? Программированные задания / А.С. Шибяев. – М. : ЦДЮТур МО РФ, 1996. – 56 с.
- Штюмер, Ю.А. Маркировка туристических маршрутов / Ю.А. Штюмер. – М. : ЦРИБ Турист, 1975. – 34 с.
- Юньев, И.С. Краеведение и туризм / И.С. Юньев. – М. : Знание, 1974. – 119 с.
- Юшманов, Е. Безопасность туристских путешествий / Е. Юшманов. – М. : Физкультура и спорт, 1968. – 87 с.
- Ярошенко, В.В. Туристический клуб школьников / В.В. Ярошенко. – М. : ТЦ Сфера, 2004. – 50 с.

3. Приложения

Оценочные материалы

Оценка деятельности учащихся туристического клуба «ВездеХод» осуществляется по двум параметрам: оценка теоретических знаний и умений и оценка практических навыков и умений. Оценивание производится посредством методов наблюдения, бесед, тестирования и др. Результаты аттестации заносятся в диагностическую карту и отражают уровень планируемых результатов освоения программы.

Критерии оценки уровня теоретической подготовки:

Показатели	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества
------------	----------	--

1. Теоретические знания по основным разделам учебного плана программы	Соответствие теоретических знаний программным требованиям	высокий уровень – освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период
		средний уровень – объем усвоенных знаний составляет более половины
		низкий уровень – овладел менее, чем половина объема знаний, предусмотренных программой
2. Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	высокий уровень – специальные термины употребляет осознанно, в полном соответствии с их содержанием
		средний уровень – сочетает специальную терминологию с бытовой
	терминологии	минимальный уровень – как правило, избегает употреблять специальные термины

Критерии оценки уровня практической подготовки:

высокий уровень – учащийся овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой, самостоятельно работает со специальным оборудованием, не испытывает особых затруднений, практические задания выполняет с элементами творчества, проводит объективный анализ результатов своей деятельности в объединении, проявляет творческий подход при выполнении заданий;

средний уровень – у учащегося объем усвоенных умений и навыков достаточно высок, практические занятия выполняет с помощью педагога, задания выполняет

на основе образца, может выдвинуть интересные идеи, но часто не может оценить их и выполнить.

достаточный уровень – учащийся овладел не всем объёмом знаний, умений и навыков, предусмотренных программой, испытывает серьезные затруднения при выполнении практических занятий, выполняет лишь простейшие практические задания.

Лист диагностики уровня сформированности практических и теоретических навыков Учебный год

Творческое объединение «_»

Группа ____ №

№ п/п	ФИО учащегося	Раздел/тема	Критерии								Аттестация Уровень усвоения программного материала	
			Теория				Практика					
			№ вопросов тестирования				Оценивание заданий					