Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Областной Центр дополнительного образования детей»

РАССМОТРЕНО
на заседании педагогического совета
ГБУДО «Областной Центр
дополнительного образования детей»
Протокол № 5 от «21» августа 2026 г.

УТВЕРЖДЕНО:
приказом директора
ГБУДО «Областной Центр
дополнительного образования детей»
_____ О.С. Растегняева
№ 1322 от 01.09.2026 г.

Дополнительная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности «Туристы-лыжники»

Возраст обучающихся: 12-17 лет
Срок реализации: 2 года
Год разработки Программы: 2023 г.

Авторы-составители:
Гайсина З.С., педагог дополнительного образования 1 квалификационной категории
Назайкина Т.В., методист 1 квалификационной категории

Челябинск, 2026 г.

Содержание

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы» 3
1.1. Пояснительная записка 3
1.2. Цель и задачи программы 6
1.3. Содержание программы 8
1.3.1.Учебный план на 1 год обучения 8
1.3.2. Учебный план на 2 год обучения 16
1.4. Планируемые результаты освоения программы 27
Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий». 29
2.1. Календарный учебный график 29
2.2. Условия реализации программы 29
2.3. Формы аттестации 30
2.4. Оценочные материалы 31
2.5. Методические материалы 31
2.6. Воспитательный компонент 32
2.7. Список литературы 36
Приложение 1. Календарно-тематическое планирование
Приложение 2. Оценочные материалы
Приложение 3. Критерии оценивания образовательных результатов
Приложение 4. Календарный план воспитательной работы

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

Разработка дополнительной общеразвивающей программы осуществлялась в соответствии с нормативно-правовыми документами:

Конвенция о правах ребенка (резолюция 44/25 Генеральной Ассамблеи ООН от 20.11.1989г.);

Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 г. № 19 «Об утверждении СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утвержденная распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 года №678-р);

Регламент по спортивному туризму. «Туристско-спортивные мероприятия, связанные с прохождением туристских маршрутов» от 28.11.2008, утверждённым Туристско-спортивным Союзом России.

Методические рекомендации по реализации дополнительных общеразвивающих общеобразовательных программ в активных формах туристско-краеведческой деятельности (ФГБОУ ФЦДЮТИК, Москва, 2016);

Методические рекомендации «Разработка и реализация раздела о воспитании в составе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы» ФГБНУ «Институт изучения детства, семьи и воспитания 23.03.2023г.;

Локальные акты учреждения.

Программа относится к программам туристско-краеведческой направленности.

Уровень освоения содержания образования – базовый.

Актуальность программы:

Одним из требований современной системы образования является обеспечение сохранности и распространения исторического и культурного наследия народов России, воспитание патриотов. Дополнительное образование, в свою очередь, направлено на удовлетворение индивидуальных потребностей детей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья.

Туризм позволяет активизировать познавательную деятельность обучающихся, оздоровить молодое поколение духовно и физически, через путешествия, краеведение позволяет познакомиться с культурой, историей, природой родного края. Туризм и краеведение прививают любовь к познанию и самосовершенствованию.

Занятие туризмом становится важным педагогическим средством воспитания патриотических качеств подрастающего поколения, а краеведческая работа - одним из путей развития личности школьника в условиях социума.

Особенность программы

В программе используется комплексный подход к формированию личности путем реализации воспитания, образования, оздоровления и развития в естественных условиях: передвижение с рюкзаком и преодоление естественных препятствий – физическое развитие; нахождение на свежем воздухе – оздоровление; необходимость переносить разнообразные погодные условия – закалка организма; красота окружающей природы – эстетическое воспитание; установка бивака, приготовление пищи, умение выполнять разнообразную работу – трудовое воспитание; взаимоотношения участников похода, необходимость взаимопомощи, дисциплины, ответственности, непосредственная передача личностного и практического опыта – социальное и морально-нравственное воспитание, наставничество; знакомство с природными богатствами своей страны, с ее историческими и культурными особенностями – патриотическое воспитание; приобретение новых знаний и полезного опыта – образование.

Программа развивает навыки туризма, способствует познанию родного края через краеведение. Воспитывает активную жизненную позицию. Предусматривает два предмета: «Краеведение» и «Туристская подготовка», которые в свою очередь включают теоретическую и практическую подготовку. Теоретическая подготовка включает изучение исторической и культурной стороны родного края, административные, территориальные и природные особенности родного края; изучение основ туристского быта, снаряжения. Практическая подготовка состоит из отработки на практике навыков и умений, необходимых для совершения похода (туристской прогулки), совершения экскурсионной деятельности по изученным культурным, историческим и природным местам. Программа предусматривает приобретение обучающимися углубленных знаний о технике и тактике лыжного туризма, совершенствование техники зимнего полевого быта.

В программе реализуется принцип проектности, который предполагает последовательную ориентацию деятельности педагога на подготовку обучающегося к самостоятельной проектной деятельности, разворачивающееся в логике замысел – реализация – рефлексия.

При организации учебного процесса используются фотоаппарат с целью создания обучающимися фильмов, презентаций, написание отчетов о походах и экскурсий, ведение тематических страниц в сети Интернет.

В данной программе предусмотрено обучение с использованием дистанционных технологий, в том числе на образовательной платформе Moodle в качестве дидактического обеспечения и контроля знаний, а также для построения индивидуальной образовательной траектории обучающихся.

Адресат программы

Программа рассчитана на обучающихся в возрасте 12 - 17 лет. В процессе реализации программы учитываются возрастные особенности детей.

Возрастные особенности 12-15 лет.

В этом возрасте определяющую роль играет общение со сверстниками. Ребенок приобретает значительный социальный опыт, начинает постигать себя в качестве личности в системе трудовых, моральных, эстетических общественных отношений. У него возникает намеренное стремление принимать участие в

общественно значимой работе, становиться общественно полезным. Социальная активность школьника среднего возраста в основном обращается на усвоение норм, ценностей и способов поведения. Поэтому важность заключается в реализации всех принципов обучения, инициирующих умственную деятельность подростка.

Характеризуя индивидуально-психологические особенности подростков, необходимо, прежде всего, сказать о кризисе этого возраста. Это кризис социального развития, напоминающий кризис трех лет «Я сам», но теперь это «Я сам» реализуется в социальном смысле. В литературе он описан как возраст второй перерезки пуповины. Характеризуется определенной остротой. Симптомы кризиса, следующие: наблюдается снижение продуктивности учебной деятельности даже в тех областях, в которых ребенок явно одарен. Второй симптом кризиса – негативизм. Ребенок как бы отталкивается от среды, он враждебен, склонен к ссорам, нарушениям дисциплины, испытывает внутреннее беспокойство, недовольство, стремление к одиночеству. У мальчиков негативизм проявляется ярче и чаще, чем у девочек, хотя начинается позже, в 14–16 лет. В значительной степени психологические конфликты подростка – это конфликты не только с самим собой, но практически всегда с непосредственным окружением.

Возрастные особенности 16 – 17 лет

Центральным новообразованием ранней юности является самоопределение, как профессиональное, так и личностное. Это новая внутренняя позиция, включающая осознание себя как члена общества, принятие своего места в нем. Учебная деятельность старшеклассников становится учебно-профильной, реализуется через профессиональные и личностные устремления юношей и девушек, приобретает черты избирательности, осознанности.

В юношеском возрасте происходит интенсивное физиологическое и психическое развития. Особое значение в юношеском возрасте приобретает моральное воспитание, основные виды деятельности — учение и посильный труд, увеличивается диапазон социальных ролей и обязательств.

Психическое развитие личности в юношеском возрасте тесно связано с обучением, трудовой деятельностью и усложнением общения со взрослыми. В связи с началом трудовой деятельности отношения между личностью и обществом значительно углубляются, что приводит к наиболее четкому пониманию своего места в жизни.

Объем программы - 216 часов.

Формы обучения – очная, с использованием дистанционных технологий.

Методы обучения

Словесные: беседа, изложение, анализ и д.р.

Наглядные: показ педагогом приемов, показ видеоматериалов, иллюстраций и д.р.

Практические: упражнение, практическое задание, творческая работа, туристическая прогулка, экскурсия, дидактические игры и др.

Проектный.

Тип занятий

Комбинированный, теоретический, практический.

Формы проведения занятий: беседа, наблюдение, практическое занятие, занятие-игра, занятие-поход, экскурсия, выставка, защита проектов, презентация, соревнование, турнир.

Задания по программе построены с учётом интересов, возможностей и предпочтений обучающихся.

Срок освоения программы – 2 года.

Режим занятий

По программе планируется 1 раз в неделю по 3 академических часа. Изменение режима работы и смещение всей образовательной нагрузки на 1 день возможно во время проведения занятия на местности (полевой выход, поход выходного дня, сборы, соревнования и т.д.).

Основой образовательного процесса является групповое обучение.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: создание условий для воспитания человека, любящего и знающего свою малую Родину путем обучения туристско-краеведческой деятельности.

Задачи:

Образовательные (предметные):

1 год обучения

предмет «Краеведение»

1) изучить место и роль родного края, его природе, культуре, традициях;
2) научить разрабатывать экскурсионный маршрут.

предмет «Туристская подготовка»

1) научить ориентироваться на местности;
2) овладеть бытовыми навыками туриста;
3) изучить основы техники катания на лыжах.

2 год обучения

предмет «Краеведение»

1) овладеть навыками исследовательской деятельности при изучении истории своей семьи, родного края.

предмет «Туристская подготовка»

1) научить работать со специальным снаряжением;
2) изучить техники и тактики туристского похода;
3) совершенствовать технику катания на лыжах.

Личностные:

1) развить организаторские способности;
2) развить коммуникативные навыки, коллективизм;
3) развить ответственность, самостоятельность, дисциплинированность;
4) развить креативность, склонность к самостоятельному творчеству;
5) развить навыки самоопределения;
6) развить нравственно-этическую ориентацию;
7) развить навыки познавательного интереса, инициативности.

Метапредметные:

1) научить понимать и принимать учебную задачу, сформулированную педагогом;
2) научить планировать свои действия на отдельных этапах работы над выполнением творческого задания;
3) научить осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
4) научить понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий.

1.3. Содержание программы
1.3.1.Учебный план на 1 год обучения
Предмет «Краеведение»

№ п/п	Наименование разделов и тем	Общее количество часов	Из них:		Формы аттестации / контроля
			теория	практика	
1	**Вводное занятие**	**1**	**1**	**-**	
2	**Введение в краеведение**	**1**	**1**	**-**	Творческая работа
3	**История туризма, туризм в родном крае. История родного края**	**5**	**4**	**1**	Творческая работа
3.1	История возникновения родного края	1	1	-	-
3.2	Родной край в Великую Отечественную войну	1	1	-	-
3.3	Возникновение и развитие туризма в родном крае	1	1	-	-
3.4	Туристические возможности родного края	2	1	1	-
4	**Символика родного края и области**	**5**	**3**	**2**	Творческая работа
4.1	Герб родного края и области	2	1	1	-
4.2	Флаг родного края и области	2	1	1	-
4.3	Гимн Челябинской области	1	1	-	-
5	**Топонимика родного края**	**3**	**1**	**2**	Творческая работа
6	**Индустриальный Урал**	**3**	**1**	**2**	Творческая работа
7	**Народы родного края**	**2**	**1**	**1**	Творческая работа
8	**Народные традиции и искусство**	**6**	**2**	**4**	Творческая работа
8.1	Народные традиции родного края	3	1	2	-
8.2	Народное искусство родного края	3	1	2	-
9	**Литературное краеведение**	**3**	**1**	**2**	Творческая работа
10.	**Земляки, прославившие родной край**	**3**	**1**	**2**	Творческая работа
11.	**Урбанистика Челябинской области**	**2**	**1**	**1**	Творческая работа
12	**Разработка макета стендового доклада**	**2**	**1**	**1**	Творческая работа
Всего часов		**36**	**18**	**18**	

Тема 1. Вводное занятие.

Оборудование: ноутбук.

Теория: Знакомство с планом работы на год, программой. Инструктаж по технике безопасности на занятии.

Тема 2. Введение в краеведение

Оборудование: ноутбук, фотоаппарат.

Теория: Понятие «Краеведение» Понятие Родина, родной край, область, район.

Тема 3. История туризма, туризм в России. История родного края

Тема 3.1. История возникновения родного края

Оборудование: ноутбук, фотоаппарат.

Теория: Период возникновения Челябинской области и родного района. Народы, заселявшие Челябинскую область и родной район в период возникновения. Основные направления деятельности племен в период возникновения Челябинской области и родного района. Мифы и легенды.

Тема 3.2. Родной край в Великую Отечественную войну

Оборудование: ноутбук, фотоаппарат.

Теория: Изменения, возникшие в Челябинской области, в период Великой Отечественной войны. Особенности направления промышленности Челябинской области в период Великой Отечественной войны. Достижения.

Тема 3.3. Возникновение и развитие туризма в родном крае

Оборудование: ноутбук, фотоаппарат.

Теория: Хронологическая база развития туризма в Челябинской области. Туристические маршруты, проходящие через Челябинскую область. Туристические маршруты, начинающиеся в Челябинской области.

Тема 3.4. Туристические возможности родного края

Оборудование: ноутбук, фотоаппарат, географические карты Мира, России, Челябинской области, контурные карты Челябинской области с муниципальными границами, цветные карандаши.

Теория: Физико-географическое положение родного края. Лимитирующие и генерирующие факторы развития туризма в родном крае. Перспективы развития туризма в Челябинской области.

Практика: Эссе «Перспективы развития туризма в родном крае».

Тема 4. Символика родного края и области

Тема 4.1. Герб родного края и области

Оборудование: ноутбук, фотоаппарат.

Теория: Что такое герб? Значение цветов и составных частей герба. История и значение герба родного края и области.

Практика: Составление герба своей семьи и его презентация.

Тема 4.2. Флаг родного края и области

Оборудование: ноутбук, фотоаппарат.

Теория: Что такое флаг? Значение цветов и составных частей флага. История и значение флага родного края и области.

Практика: Интерактивная игра «Все флаги в гости к нам».

Тема 4.3. Гимн Челябинской области

Оборудование: ноутбук, фотоаппарат.

Теория: Что такое гимн? История и значение гимна Челябинской области. В каких случаях исполняется гимн. Как правильно слушать гимн?

Тема 5. Топонимика родного края

Оборудование: ноутбук, фотоаппарат.

Теория: Название края, области, города (посёлка), в котором мы живем. История происхождения названий.

Практика: Игра «Экскурсия по родному краю»

Тема 6. Индустриальный Урал

Оборудование: ноутбук, фотоаппарат.

Теория: История крупных предприятий Урала. Технопарки Челябинской области.

Практика: Экскурсия на градообразующее предприятие родного края.

Тема 7. Народы родного края

Оборудование: ноутбук, фотоаппарат, тематические карточки с изображением национальных костюмов, предметов утвари, предметов обихода, видов занятий и элементов архитектуры жилищ.

Теория: Коренное население края. Многонациональный состав родного края и области. История заселения родного края.

Практика: Интерактивная игра «Угадай народ по его особенности».

Тема 8. Народные традиции и искусство

Тема 8.1. Народные традиции родного края.

Оборудование: ноутбук, фотоаппарат.

Теория: Народные традиции родного края. Народные праздники. Национальные костюмы народностей, его составные части. Кухня родного края.

Практика: Выставка «Любимое блюдо в семье».

Тема 8.2. Народное искусство родного края

Оборудование: ноутбук, фотоаппарат.

Теория: Фольклор (пословицы, поговорки, сказки, загадки) родного края и области и их значение. Народные и художественные промыслы родного края. Основные центры народного творчества.

Практика: Экскурсия в музей.

Тема 9. Литературное краеведение

Оборудование: ноутбук, фотоаппарат.

Теория: Известные литературные произведения о родном крае (стихи, песни, рассказы, сказки).

Практика: Инсценировка сюжетов произведений уральских авторов по игровой технологии Амонашвили, Эльконина.

Тема 10. Земляки, прославившие родной край

Оборудование: ноутбук, фотоаппарат.

Теория: Известные писатели, поэты, спортсмены, художники, научные деятели, исторические личности родного края, их жизненный и профессиональный путь.

Практика: Презентация «Интересные личности родного края».

Тема 11.Урбанистика Челябинской области

Оборудование: ноутбук, фотоаппарат.

Теория: Что такое урбанистика? Для чего нужна урбанистика? Городская среда и инфраструктура. Знакомство с проектом «Активный житель 74». Перспективы развития региона.

Практика: Творческая работа «Челябинск в будущем».

Тема 12. Разработка макета стендового доклада

Оборудование: ноутбук, фотоаппарат.

Теория: Что такое стендовый доклад? Структура и правила оформления стендового доклада.

Практика: Разработка макета стендового доклада.

Предмет «Туристская подготовка»

№ п/п	Наименование разделов и тем	Общее количество часов	Из них:		Формы аттестации / контроля
			теория	практика	
1	**Правила поведения и безопасности**	**2**	**2**	**-**	
1.1	Правила поведения и безопасности в учебном кабинете. Правила поведения и безопасности занятий на местности	1	1	-	-
1.2	Правила дорожного движения	1	1	-	-
2	**Предупреждение травм**	**3**	**3**	**-**	Творческая работа
2.1	Правила поведения и безопасности в походе	1	1	-	-
2.2	Предупреждение травм в туристских прогулках и походах	2	2	-	-
3	**Основы первой доврачебной помощи**	**3**	**1**	**2**	Практическая работа
4	**Туристские маршруты Челябинской области**	**3**	**1**	**2**	Творческая работа
5	**Организация туристского быта. Работа в походе**	**4**	**1**	**3**	Практическая работа
6	**Гигиена туриста**	**2**	**2**	**-**	Зачет
7	**Подготовка к походу. Изучение района похода**	**3**	**1**	**2**	Творческая работа
8	**Лыжный туризм**	**14**	**2**	**12**	Зачет
8.1	Основные сведения о лыжном походе	2	1	1	-
8.2	Лыжная тренировка	12	1	11	-
9	**Топографическая подготовка и ориентирование**	**6**	**2**	**4**	Практическая работа
9.1	Ориентирование по карте	3	1	2	-
9.2	Ориентирование по компасу	3	1	2	-
10	**Личное и групповое туристское снаряжение**	**8**	**2**	**6**	Практическая работа
10.1	Личное снаряжение	4	1	3	-
10.2	Групповое снаряжение	4	1	3	-
11	**Питание в туристском походе**	**6**	**5**	**1**	Зачет
11.1	Продукты для однодневного	2	2	-	-

	похода				
11.2	Упаковка продуктов для однодневного похода	2	1	1	-
11.3	Питьевой режим в однодневном походе	2	2	-	-
12	**Школа выживания**	**2**	**2**	**-**	Практическая работа
12.1	Стихийные бедствия, аварии, катастрофы и способы защиты от их последствия	2	2	-	-
13	**Общая физическая подготовка**	**8**	**1**	**7**	Зачет
13.1	Основные сведения о функциях организма человека и влиянии физических упражнений	1	1	-	-
13.2	Физические упражнения	7	-	7	Зачет
14	**Однодневный поход**	**8**	**1**	**7**	Зачет
Всего часов:		**72**	**26**	**46**	

Тема 1. Правила поведения и безопасности

Оборудование: ноутбук, фотоаппарат.

Тема 1.1. Правила поведения и безопасности в учебном кабинете. Правила поведения и безопасности занятий на местности

Теория: Знакомство с правилами поведения и инструкцией по технике безопасности в учебном кабинете. Знакомство с правилами поведения и инструкцией по технике безопасности занятий на местности.

Тема 1.2. Правила дорожного движения

Теория: Знакомство с правилами дорожного движения. Знакомство с техникой безопасности при перевозке детей.

Тема 2. Предупреждение травм

Оборудование: ноутбук, фотоаппарат.

Тема 2.1. Правила поведения и безопасности в походе

Теория: Знакомство с правилами поведения и безопасности во время туристических прогулок и походов.

Тема 2.2. Предупреждение травм в туристических прогулках и походах

Теория: Причины травм и их предупреждение. Показания и противопоказания к занятиям различными видами туризма. Особенности походов зимой, летом, в межсезонье.

Тема 3. Основы первой доврачебной помощи

Оборудование: ноутбук, фотоаппарат, бинты, шина, лейкопластырь бактерицидный, перекись водорода, зеленка.

Теория: Профилактика туристского травматизма. Содержание индивидуальной аптечки и её хранение. Тепловой и солнечный удар, ожоги, обморожение. Пищевые отравления, желудочные заболевания, потертости, мозоли, опрелости, их профилактика.

Практика: Практическая работа «Оказание первой доврачебной помощи условно пострадавшему. Способы обработки ран».

Тема 4. Туристские маршруты Челябинской области

Оборудование: ноутбук, фотоаппарат, карта туриста Челябинской области, географические карты Мира, России, Челябинской области.

Теория: Наиболее интересные пешие маршруты Челябинской области и родного района.

Практика: Пеший поход по доступному туристическому маршруту.

Тема 5. Организация туристского быта. Работа в походе

Оборудование: костровое оборудование, фотоаппарат.

Теория: Распорядок дня, график движения, организация привалов. Привалы и ночлеги в походе в зависимости от различных условий. Выбор места бивака. Основные требования к месту бивака. Уборка лагеря перед уходом.

Практика: Составление распорядка дня в походе и графика движения. Составление схемы лагеря в зависимости от местности.

Тема 6. Гигиена туриста

Оборудование: ноутбук.

Теория: Правила соблюдения личной гигиены в походе. Профилактика заболеваний во время похода. Утренняя гимнастика. Гигиенические требования к личному снаряжению. Гигиенические правила при организации питания. Правила гигиены после занятий.

Тема 7. Подготовка к походу. Изучение района похода

Оборудование: ноутбук, фотоаппарат, карта туриста Челябинской области.

Теория: Определение цели и района похода. Краеведческая работа в походе. Краеведческие особенности маршрута. План краеведческих наблюдений. Охрана природы.

Практика: Изучение информации о районе путешествия. Изучение маршрутов с учетом особенностей района путешествия. Составление плана краеведческих наблюдений.

Тема 8. Лыжный туризм

Оборудование: спортивный инвентарь - лыжи, лыжные палки, ноутбук, походный рюкзак, туристический коврик, спальный мешок.

Тема 8.1. Основные сведения о лыжном походе

Теория: Понятие о лыжном походе. Особенности подготовки к лыжному походу. Лыжный инвентарь и уход за ним. Тактика лыжного похода.

Практика: Планирование маршрута зимнего похода.

Тема 8.2. Лыжная тренировка

Теория: Способы передвижения на лыжах. Классический ход, коньковый ход. Подъем лесенкой, елочкой. Спуск зигзагом, спуск по склону с поворотами. Спуск по склону с торможением.

Практика: Практическая отработка лыжных приемов в снегу.

Тема 9. Топографическая подготовка и ориентирование

Оборудование: компас, топографическая карта, курвиметр, ноутбук.

Тема 9.1. Ориентирование по карте

Теория: Что такое карта. Различные виды карт. Условные обозначения на картах. Ориентирование по карте.

Практика: Игры по ориентированию на местности по карте.

Тема 9.2. Ориентирование по компасу

Теория: Что такое компас. Типы компасов. Устройство компаса. Правила пользования компасом. Основные моменты использования компаса. Техника пользования компасом.

Практика: Игры по ориентированию на местности по компасу.

Тема 10. Личное и групповое туристское снаряжение

Оборудование: спальники, рюкзак, туристический коврик, коврик-пенка, фонарик, фотоаппарат, тент, палатка, шатер, костровое оборудование, топор, примус, спутниковый телефон, навигатор, компас, курвиметр, паурбанк, солнечные батареи.

Тема 10.1. Личное снаряжение

Теория: Что относится к личному туристскому снаряжению. Требования к личному снаряжению. Уход за личным снаряжением. Перечень личного снаряжения для однодневного похода в разные времена года, в разных природных и погодных условиях.

Практика: Подбор личного туристского снаряжения в соответствии с различными условиями похода. Сбор и упаковка снаряжения в рюкзак. Уход за снаряжением.

Тема 10.2. Групповое снаряжение

Теория: Что относится к групповому туристскому снаряжению. Требования к групповому снаряжению. Уход за групповым снаряжением. Перечень группового снаряжения для однодневного похода в разные времена года, в разных природных и погодных условиях.

Практика: Подбор группового туристского снаряжения в соответствии с различными условиями похода. Сбор и упаковка снаряжения в рюкзак. Уход за снаряжением.

Тема 11. Питание в туристском походе

Оборудование: ноутбук, тары для упаковки: матерчатые мешочки, ткань, полиэтиленовые пакеты, пластиковые бутылки, рюкзак.

Тема 11.1. Продукты для однодневного похода

Теория: Требования к продуктам, используемым в походе (легкость и калорийность, быстрота и несложность приготовления). Значение правильного питания в походе. Возможные варианты питания в однодневном походе. Примерный набор продуктов. Качество продуктов и их характеристика. Способы заготовки продуктов к походу.

Тема 11.2. Упаковка продуктов для однодневного похода

Теория: Особенности упаковки и хранения продуктов в однодневном походе. Тара для хранения продуктов в походе (матерчатые мешочки, ткань, полиэтиленовые пакеты, пластиковые бутылки). Нормы закладки продуктов, раскладка. Переноска продуктов в рюкзаках.

Практика: Составление меню и упаковка продуктов для однодневного похода.

Тема 11.3. Питьевой режим в однодневном походе

Теория: Норма воды в организме. К чему приводит недостаток или избыток воды в организме. Использование воды в движении. Способы добычи воды в лесу, горах, степи. Очищение и обеззараживание воды.

Тема 12. Школа выживания

Оборудование: ноутбук.

Тема 12.1. Стихийные бедствия, аварии, катастрофы и способы защиты от их последствий

Теория: Краткая характеристика наиболее опасных стихийных бедствий для данной местности. Первичные и вторичные опасные факторы стихийных бедствий.

Оповещение и информирование населения об опасностях стихийного бедствия Сигнал «Внимание всем!». Правила поведения и действия при стихийных бедствиях. Способы защиты от последствий стихийных бедствий.

Аварии и катастрофы на промышленных предприятиях, транспорте и их возможные последствия (химическо, заражение, радиационное загрязнение, пожары, взрывы). Потенциальные опасности аварий и катастроф местных предприятий и их влияние на здоровье человека. Оповещение и информирование населения о грозящей опасности произошедших аварий и катастроф. Основные способы защиты от опасных факторов аварий и катастроф.

Тема 13. Общая физическая подготовка

Оборудование: ноутбук, спортивный инвентарь.

Тема 13.1. Основные сведения о функциях организма человека и влиянии физических упражнений

Теория: Краткая информация о строении человеческого организма. Влияние физических упражнений на мышцы и сердце. Дыхание на занятиях физической подготовкой.

Тема 13.2. Физическая подготовка

Практика: Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи. Упражнения для туловища. Упражнения для ног. Упражнения с предметами. Походный шаг; переход с бега на шаг и с шага на бег, выпадами, приставным. Бег на короткие дистанции. Упражнения на развитие быстроты, выносливости, прыгучести, силы.

Тема 14. Однодневный поход

Оборудование: костровое оборудование, фотоаппарат, тент, палатка, топор, навигатор, компас, карта, паурбанк.

Теория: Инструктаж по технике безопасности.

Практика: выход в однодневный поход. Разработка туристского маршрута. Упаковка и распределение снаряжения. Раскладка и упаковка продуктов. Ведение дневника самоконтроля. Преодоление естественных препятствий с и без использования туристического снаряжения. Ориентирование с помощью карты и компаса. Планирование лагеря. Наблюдение за растительным и животным миром.

1.3.2. Учебный план на 2 год обучения
Предмет «Краеведение»

№ п/п	Наименование разделов и тем	Общее количество часов	Из них:		Формы аттестации / контроля
			теория	практика	
1	**Вводное занятие.**	**1**	**1**	**-**	
2	**Историко-культурное наследие родного края**	**9**	**3**	**6**	Творческая работа
2.1	Памятники истории	3	1	2	-
2.2	Памятники культуры	3	1	2	
2.3	Парки и скверы	3	1	2	-
3	**Природное наследие родного края. Особые территории Южного Урала.**	**12**	**6**	**6**	Творческая работа
3.1	Национальные парки	4	2	2	-
3.2	Озера	4	2	2	-
3.3	Пещеры	4	2	2	-
4	**Археологическое наследие Южного Урала**	**4**	**3**	**1**	Зачет
4.1	Археологические находки	2	2	-	-
4.2	Музей как место сохранения археологических находок	2	1	1	-
5	**Проектная деятельность. Интерактивный стендовый доклад «Моя малая Родина»**	**9**	**1**	**8**	Защита проекта
5.1	Распределение на группы. Обязанности в группе	1	-	1	-
5.2	Сбор информации	2	-	2	-
5.3	Исследовательский поиск: анализ, обобщение информации	2	1	1	-
5.4	Оформление стендового доклада	2	-	2	-
5.5	Защита стендового доклада	2	-	2	-
6	**Итоговое занятие**	**1**	**-**	**1**	Зачет
Всего часов		**36**	**14**	**22**	

Тема 1. Вводное занятие.

Оборудование: ноутбук.

Теория: Знакомство с планом работы на год, программой. Инструктаж по технике безопасности на занятии.

Тема 2. Историко-культурное наследие родного края.

Оборудование: фотоаппарат, карта туриста Челябинской области.

Тема 2.1. Памятники истории

Теория: Что такое памятники истории? Исторические памятники, расположенные на территории родного края.

Практика: Экскурсия к историческому памятнику.

Тема 2.2. Памятники культуры

Теория: Что такое памятники культуры? Культурные памятники, расположенные на территории родного края.

Практика: Экскурсия к культурному памятнику.

Тема 2.3. Парки и скверы

Теория: Что такое парк? Что такое сквер? Отличительные особенности парка и сквера. Какие парки и скверы расположены на территории родного края?

Практика: Экскурсия в парк/сквер.

Тема 3. Природное наследие родного края. Особые территории Южного Урала.

Оборудование: фотоаппарат, карта туриста Челябинской области

Тема 3.1. Национальные парки

Теория: Что такое национальный парк? Какие национальные парки расположены на территории Челябинской области. Где они расположены? Их краткое описание.

Практика: Экскурсия к природному памятнику

Тема 3.2. Озера

Теория: Что такое озеро? Какие озёра расположены на территории родного района? Где они расположены? Их краткая характеристика. Какое озеро считается самым большим, а какое самым глубоким в Челябинской области?

Практика: Экскурсия к природному памятнику.

Тема 3.3. Пещеры

Теория: Что такое пещера? Виды пещер. Какие пещеры расположены на территории Челябинской области? Где они расположены? Их краткая характеристика.

Практика: Экскурсия к природному памятнику.

Тема 4. Археологическое наследие родного края

Оборудование: ноутбук, фотоаппарат, карта туриста Челябинской области.

Тема 4.1. Археологические находки

Теория: Что такое археология? Археологические находки: Аркаим, остров Веры, Игнатьевская пещера, пещерный комплекс Сикияз-Тамак. Украшения, курганы, крепости, орудия труда, найденные археологами на территории Челябинской области.

Тема 4.2. Музей как место сохранения археологических находок

Теория: Что такое музей? Музейная деятельность в сохранении археологических находок.

Практика: Экскурсия в музей.

Тема 5. Проектная деятельность. Интерактивный стендовый доклад «Моя малая Родина»

Оборудование: ноутбук, фотоаппарат.

Тема 5.1. Распределение на группы. Обязанности в группе

Практика: Обучающиеся разделяются на группы и распределяют обязанности по составлению интерактивного стендового доклада.

Тема 5.2. Сбор информации

Практика: Обучающиеся собирают информацию из книг и статей.

Тема 5.3. Исследовательский поиск: анализ, обобщение информации

Теория: Анализ и обобщение полученной информации

Практика: Оформление и формулирование предварительных выводов.

Тема 5.4. Оформление стендового доклада

Практика: Обучающиеся на основании собранной информации формируют и оформляют стендовый доклад.

Тема 5.5. Защита стендового доклада

Практика: Защита стендового доклада - презентация проектов экскурсий.

Тема 6. Итоговое занятие

Оборудование: ноутбук, фотоаппарат.

Практика: Организационные моменты. Подведение итогов года.

Предмет «Туристская подготовка»

№ п/п	Наименование разделов и тем	Общее количество часов	Из них:		Формы аттестации / контроля
			теория	практика	
1	**Правила поведения и безопасности**	**2**	**2**	**-**	
2	**Техника и тактика туристского похода. Естественные препятствия**	**6**	**2**	**4**	Практическая работа
2.1	Техника туристского похода	3	1	2	
2.2	Тактика туристского похода	3	1	2	
3	**Топографическая подготовка и ориентирование**	**6**	**2**	**4**	Зачет
3.1	Ориентирование по карте	3	1	2	-
3.2	Ориентирование по компасу	3	1	2	-
4	**Специальное туристское снаряжение**	**6**	**2**	**4**	Практическая работа
4.1	Страховочные системы	3	1	2	-
4.2	Карабины	3	1	2	-
5	**Организация туристского быта. Работа в походе**	**8**	**3**	**5**	Практическая работа
5.1	Привалы. Работа на биваке	2	1	1	-
5.2	Костер. Костровое хозяйство	3	1	2	-
5.3	Палатка	3	1	2	-
6	**Питание в туристском походе**	**6**	**5**	**1**	Зачет
6.1	Продукты в многодневном походе	2	2	-	-
6.2	Упаковка продуктов для многодневного похода	2	1	1	-
6.3	Питьевой режим в многодневном походе	2	2	-	-
7	**Лыжный туризм**	**14**	**2**	**12**	Зачет
7.1	Основные сведения о лыжном контрольно-туристском маршруте	2	1	1	Зачет
7.2	Лыжная тренировка	12	1	11	-
8	**Туристские должности в**	**3**	**2**	**1**	Зачет

	походе				
9	**Школа выживания**	**5**	**3**	**2**	-
9.1	Работа со средствами связи и сигналами	5	3	2	-
10	**Общая физическая подготовка**	**8**	**-**	**8**	Зачет
10.1	Физические упражнения	4	-	4	-
10.2	Игры и эстафеты	4	-	4	-
11	**Поход**	**8**	**1**	**7**	Зачет
Всего часов:		**72**	**22**	**50**	

Тема 1. Правила поведения и безопасности

Оборудование: ноутбук, фотоаппарат.

Теория: Знакомство с правилами поведения и безопасности в учебном классе. Правила поведения и безопасности занятий на местности. Правила поведения и безопасности в походе. Правила дорожного движения.

Тема 2. Техника и тактика туристского похода. Естественные препятствия

Оборудование: ноутбук, фотоаппарат, репшнуры, индивидуальные страховочные системы, каски, блокировки.

Тема 2.1. Техника туристского похода

Теория: Техника пешеходного туризма, преодоление естественных и искусственных препятствий. Техника движения по склонам осыпным, лесистым, снежным различной крутизны. Броды через небольшие реки. Преодоление подлеска, высокотравья, заболоченных участков. Что такое узлы, для чего они используются. Узлы (прямой, ткацкий, простой проводник, схватывающие всех модификаций) и их особенности эксплуатации и хранения.

Практика: Практическая работа по вязанию изученных узлов и их использованию. Игры по вязанию узлов на скорость. Отработка преодоления препятствий в условиях учебно-тренировочных занятий.

Тема 2.2. Тактика туристского похода

Теория: Алгоритм подготовки туристского маршрута (выбор района путешествия, выбор сложности похода, разработка маршрута, разработка запасных вариантов выходов). Определение сроков и графика движения по маршруту. Движение группы в зависимости от времени года, рельефа. Организация лагеря. Наблюдение на маршруте (следы, растения, погода и пр.).

Практика: Индивидуальная разработка туристского маршрута по алгоритму в соответствии с различными условиями. Игры по разработке маршрутов.

Тема 3. Топографическая подготовка и ориентирование

Оборудование: компас, топографическая карта, курвиметр, ноутбук.

Тема 3.1. Ориентирование по карте

Теория: Условные обозначения на картах. Изучение спортивных и топографических знаков на карте. Масштаб. Ориентирование по карте. Рельеф, реки, тропы, дороги при ориентировании по карте. Определение координат точек на карте.

Практика: Игры по ориентированию на местности по карте.

Тема 3.2. Ориентирование по компасу

Теория: Ориентирование по компасу с помощью карты. Магнитное поле. Понятие азимута. Определение азимута. Движение по азимуту.

Практика: Игры по ориентированию на местности по компасу.

Тема 4. Специальное туристское снаряжение

Оборудование: ноутбук, страховочная система, каски, карабины.

Тема 4.1. Страховочные системы

Теория: Что такое страховочная система? Основное назначение страховочной системы. Виды страховочных систем. Правила использования страховочных систем. Уход за страховочной системой.

Практика: Самостраховка с использованием страховочных систем. Игры на скорость самостраховки.

Тема 4.2. Карабины

Теория: Что такое карабин? Основная функция карабина. Виды карабинов. Где и как используются карабины. Правила использования карабина. Уход за карабином.

Практика: Использование карабинов в разных видах туристской деятельности.

Тема 5. Организация туристского быта. Работа в походе

Оборудование: ноутбук, костровое оборудование, палатка, тент, фотоаппарат.

Тема 5.1. Привалы. Работа на биваке

Теория: Организация привалов. Выбор места бивака. Основные требования к месту бивака. Организация работы по развертыванию и свертыванию лагеря. Выбор места для палаток и костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов. Уборка лагеря перед уходом.

Практика: Планирование привала. Организация лагеря.

Тема 5.2. Костер. Костровое хозяйство

Теория: Как разжигать костер. Заготовка дров. Место для разжигания костра. Различные типы костров и их назначение. Разведение костра в сырую погоду. Меры безопасности при заготовке дров и при обращении с огнем. Правила взаимоотношений человека с живой природой.

Практика: Организация заготовок различных видов костров.

Тема 5.3. Палатка

Теория: Виды палаток и их назначение Установка палаток. Правила ухода за палаткой. Правила поведения в палатке. Предохранение палатки и вещей от намокания.

Практика: Сбор и разбор палатки. Размещение вещей в палатке.

Тема 6. Питание в туристском походе

Оборудование: ноутбук, тары для упаковки: матерчатые мешочки, ткань, полиэтиленовые пакеты, пластиковые бутылки, рюкзак.

Тема 6.1. Продукты в многодневном походе

Теория: Возможные варианты питания в многодневном походе. Примерный набор продуктов. Качество продуктов и их характеристика. Способы заготовки продуктов к походу. Режим питания в многодневном походе.

Тема 6.2. Упаковка продуктов для многодневного похода

Теория: Особенности упаковки и хранения продуктов в многодневном походе. Нормы закладки продуктов, раскладка. Переноска продуктов в рюкзаках.

Практика: Составление меню и упаковка продуктов для многодневного похода.

Тема 6.3. Питьевой режим в многодневном походе

Оборудование: ноутбук, таблетки для обеззараживания воды.

Теория: Питьевой режим в многодневном походе. Особенности потребления воды в многодневном походе.

Тема 7. Лыжный туризм

Оборудование: спортивный инвентарь - лыжи, лыжные палки, ноутбук, походный рюкзак, туристический коврик, спальный мешок.

Тема 7.1. Основные сведения о лыжном контрольно-туристском маршруте

Теория: Понятие о лыжном походе. Особенности подготовки к лыжному походу. Лыжный инвентарь и уход за ним. Тактика лыжного похода.

Практика: Планирование маршрута зимнего похода.

Тема 7.2. Лыжная тренировка

Теория: Способы передвижения на лыжах. Классический ход, коньковый ход. Подъем лесенкой, елочкой. Спуск зигзагом, спуск по склону с поворотами. Спуск по склону с торможением.

Практика: Практическая отработка лыжных приемов в снегу.

Тема 8. Туристские должности в походе

Оборудование: ноутбук.

Теория: Основные должности в походе: командир, заведующий питанием, заведующий хозяйством или снаряжением, медик, реммастер, летописец, штурман, фотограф, эколог. Права и обязанности каждой должности. Основные принципы распределения обязанностей.

Практика: Распределение должностей между участниками похода. Устный опрос об основных обязанностях по распределенной должности.

Тема 9. Школа выживания

Оборудование: ноутбук. Навигационное устройство походного типа, Спутниковый телефон

Тема 9.1. Работа со средствами связи и сигналами

Теория: Организация связи и схема обеспечения связью ПСР. Альтернативная связь. Порядок радиообмена. Основные типы радиостанций, их характеристика и требования эксплуатации. Сигналы бедствия и помощи, их подача.

Практика: Организация связи и схема обеспечения связью ПСР. Альтернативная связь. Порядок радиообмена. Основные типы радиостанций, их характеристика и требования эксплуатации. Сигналы бедствия и помощи, их подача.

Тема 10. Общая физическая подготовка

Оборудование: ноутбук, спортивный инвентарь.

Тема 10.1. Физические упражнения

Практика: Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи. Упражнения для туловища. Упражнения для ног. Упражнения с предметами.

Походный шаг; переход с бега на шаг и с шага на бег, выпадами, приставным. Бег на короткие дистанции. Упражнения на развитие быстроты, выносливости, прыгучести, силы.

Тема 10.2. Игры и эстафеты

Практика: Эстафеты, игры, способствующие объединению коллектива, массовому охвату обучающихся. Игры с разделением на команды и без разделения. Игры на внимание, сообразительность и координацию. Игры на местности. Туристские эстафеты. Эстафеты с переноской тяжелых предметов.

Тема 11. Поход

Оборудование: костровое оборудование, фотоаппарат, тент, палатка, топор, навигатор, компас, карта, паурбанк.

Теория: Инструктаж по технике безопасности.

Практика: Выход в поход. Разработка туристического маршрута. Назначение должностей в группе. Упаковка и распределение снаряжения. Раскладка и упаковка продуктов. Ведение дневника самоконтроля. Преодоление естественных препятствий с и без использования туристического снаряжения. Ориентирование с помощью карты, компаса. Планирование и организация бивака. Наблюдение за растительным и животным миром.

Электронные образовательные ресурсы

№ п/п	Темы	Электронные ресурсы
Краеведение		
1	Введение в краеведение	https://www.grandars.ru/shkola/geografiya/kraevedenie.html Понятие и виды краеведения. Ситрия изучения краеведения в Росии
2	История туризма, туризм в родном крае. История родного края История возникновения родного края Родной край в Великую Отечественную войну Возникновение и развитие туризма в родном крае Туристические возможности родного края	https://chelreglib.ru/ru/pages/kray/chelregion/history история Челябинской области https://troitsk74.ru/history/war Челябнская область в годы Великой отечественной войны https://nbcrs.org/regions/chelyabinskaya-oblast/general-information Челябинская область. Общая информация. Туристские ресурсы области. https://tonkosti.ru/%D0%A7%D0%B5%D0%BB%D1%8F%D0%B1%D0%B8%D0%BD%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F_%D0%BE%D0%B1%D0%BB%D0%B0%D1%81%D1%82%D1%8C Челябинская область
3	Символика родного края и области Герб родного края и области Флаг родного края и области Гимн Челябинской области	https://geraldika.ru/i/%D0%A7%D0%B5%D0%BB%D1%8F%D0%B1%D0%B8%D0%BD%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F%20%D0%BE%D0%B1%D0%BB%D0%B0%D1%81%D1%82%D1%8C Челябинская область – гербы и флаги https://www.youtube.com/watch?v=_Bt_QJSaPL4 Гимн Челябинской области видеопрезенация http://www.cultin.ru/singles-gimn-chelyabinskojj-oblasti слова гимна Челябинской области
4	Топонимика родного края	http://chel-portal.ru/enc/toponimika топонимика Челябинской области http://toposural.ru/index.php/toponimiya топонимы Челябинской области по Шувалову.
5	Индустриальный Урал	https://elar.urfu.ru/bitstream/10995/64229/1/ubich_2018_2_013.pdf Индустриальный Урал http://www.ihist.uran.ru/files/Tom_2_2.pdf Урал индустриальный. Бакунинские чтения. Индустральная модернизация России в XVIII–XXI вв
6	Народы родного края	https://present5.com/tema-narody-chelyabinskoj-oblasti-i-ix Народы Челябинской области и их обычаи.
7	Народные традиции и искусство Народные традиции родного края Народное искусство родного края	https://chelreglib.ru/ru/pages/kray/chelregion/culture Культурное наследие Челябинской области https://nbcrs.org/regions/chelyabinskaya-oblast/narodnye-promysla-i-remesla Народные промыслы и ремесла Челябинской области https://infourok.ru/prezentaciya-narodnie-promisli-urala-1731507.html презентация Народные промыслы Урала
8	Литературное краеведение	https://uraloved.ru/literatura литературное краеведение Урала https://ru.calameo.com/read/001210182c1b7871bb476 писатели о Южном Урале
9	Земляки, прославившие родной край	https://chelreglib.ru/media/files/resources/editions/svetloe-proshloe-ukaz.pdf Знаменитые земляки – лауреаты народной премии «Светлое прошлое»

10	Урбанистика Челябинской области	https://chelurban.ru/regions Карта урбанистов России
11	Историко-культурное наследие родного края Памятники истории Памятники культуры Парки и скверы	https://pandia.ru/text/80/634/5243.php Перечень объектов культурного наследия Челябинской области http://www.xn--74-6kca2cwbo.xn--p1ai/tourism/parks_squares Парки и скверы Челябинской области https://topparki.ru/parki-sady-i-kirovka-cheljabinska Парки и сады Челябинска
12	Природное наследие родного края. Особые территории Южного Урала. Национальные парки Озера Пещеры	http://www.gnpc74.ru/news/691-prirodnoe-i-kulturnoe-nasledie-urala Природное и культурное наследие Урала https://www.tourister.ru/world/europe/russia/region/chelyabinskaya_oblast/lakes Озера Челябинской области https://www.tourister.ru/world/europe/russia/region/chelyabinskaya_oblast/nationalparks национальные парки Челябинской области
13	Археологическое наследие Южного Урала Археологические находки Музей как место сохранения археологических находок	https://www.twirpx.org/file/207798 Археологическое наследие Южного Урала https://chel.aif.ru/society/180821 Необычные археологические находки Южного Урала https://arheologi4eskie-nahodki.blogspot.com/2015/07/blog-post_18.html Археологические находки на Урале https://nashural.ru/mesta/chelyabinskaya-oblast/uvildi Наш Урал
14	Проектная деятельность. Интерактивный стендовый доклад «Моя малая Родина» Распределение на группы. Обязанности в группе Сбор информации Исследовательский поиск: анализ, обобщение информации Оформление стендового доклада Защита стендового доклада	http://www.lib.uniyar.ac.ru/edocs/iuni/20190601.pdf Основы проектной деятельности https://urok.1sept.ru/articles/669335 Сущность пректной деятельности и ее классификация https://sisv.com/publ/tekhnologija_proektnogo_obuchenija/6-1-0-655 Технология проектного обучения в школе
Туризм		
1	Правила поведения и безопасности Правила поведения и безопасности в учебном классе. Правила поведения и безопасности занятий на местности. Правила дорожного движения.	https://infourok.ru/instruktazh-obschie-pravila-povedeniya-i-tehniki-bezopasnosti-v-shkole-2512820.html Инструктаж «Общие правила поведения и безопасности в школе и классе» https://ohrana-tryda.com/node/696 Правила поведения детей на природе http://mosh-2.ru/storage/app/uploads/public/5a1/d0a/90c/5a1d0a90c422d541989120.pdf Правила дорожного движения для детей
2	Предупреждение травм Правила поведения и безопасности в походе Предупреждение травм в туристских прогулках и походах	http://life.mosmetod.ru/index.php/item/pravila-bezopasnogo-povedeniya-v-pohode правила безопасного поведения в походе https://rentakayak.ru/bezopasnost-v-pohode Безопасность в походе https://pandia.ru/text/80/214/36213.php Памятка по

		безопасности в походе, предупреждение травм
3	Основы первой доврачебной помощи	http://avtoluxnt.ru/wp-content/uploads/2016/05/medpomosh.pdf Основы первой доврачебной помощи http://smolsk.ru/img/file/okazanie_pervoy.pdf Правила оказания первой доврачебной помощи
4	Туристские маршруты Челябинской области	https://nbcrs.org/regions/chelyabinskaya-oblast/turistskie-ekskursionnye-marshruty Туристские и экскурсионные маршруты Челябинской области
5	Организация туристского быта. Работа в походе	https://survinat.ru/2011/10/organizaciya-turistskogo-byta-privaly-i-nochlegi организация туристского быта http://www.medical-enc.ru/turizm/vrachebnyj-kontrol.shtml организация туристского быта
6	Гигиена туриста	http://budetinteresno.info/Gigiena-turista.htm гигиена туриста https://myslide.ru/presentation/1597178029_gigiena-yunogo-turista-v-poxode гигиена юного туриста в походе
7	Подготовка к походу. Изучение района похода	http://survivalbook.ru/podgotovka-k-poxodu-osnovy подготовка к походу https://bezpalatki.ru/kak-razrabotat-marshrut-pokhoda составление маршрута похода
8	Топографическая подготовка и ориентирование Ориентирование по карте Ориентирование по компасу	http://voenservice.ru/boevaya_podgotovka/voennaya-topografiya/voennaya-topografiya/orientirovanie-na-mestnosti-po-karte-orientirovanie-kartyi-po-napravleniyam-na-storonyi-gorizonta-na-orientiryi-po-lineynomu-orientiru-opoznavanie-orientirov Ориентирование по карте https://zhyvoi.ru/kak-orientirovatsya-po-kompasu.html Ориентирование по компасу
9	Личное и групповое туристское снаряжение Личное туристское снаряжение Групповое туристское снаряжение	https://slide-share.ru/lichnoe-gruppovoe-turistskoe-snaryazhenie-ukhod-za-nim-individualnij-278662 презентация Личное и групповое снаряжение https://www.sinref.ru/razdel/05000sport/05/108596.htm учебное пособие Личное и групповое снаряжение
10	Питание в туристском походе Продукты в однодневном походе Упаковка продуктов для однодневного похода Питьевой режим в однодневном походе	https://www.dostoyanie-pokoleniy.ru/upload/iblock/eeb/eeb5ab87e94bcf5fe25eb8b581a3c57b.pdf Питание в туристском походе. Энергозатраты http://budetinteresno.info/pitanie_v_pohode.htm общие принципы питания в походе
11	Школа выживания	https://survinat.ru/category/encyclopedia/dlya-turista/organizaciya-i-provedenie-poiskovo-spasatelnyx/ Выживание в дикой природе https://survinat.ru/2010/09/vidy-sredstv-i-sposoby-podachi-signalov-bedstviya/ способы подачи сигналов бедствия в природных условиях
12	Общая физическая подготовка	https://videouroki.net/razrabotki/obshchaia-fizichieskaia-podghotovka-dlia-dietiei-12-14-liet.html

	Физические упражнения Игры и эстафеты	Физическая подготовка детей, упражнения https://club-detstvo.ru/raznoe/podvizhnye-igry-dlya-detej-10-12-let-na-ulice-letom-igry-dlya-detej-na-ulice-letom-bolshaya-podborka/ подвижные игры для детей

1.4. Планируемые результаты освоения программы

1 год обучения

Образовательные (предметные):

предмет «Краеведение»

1) знание места и роли родного края, его природе, культуре, традициях;
2) умение разрабатывать экскурсионный маршрут.

предмет «Туристская подготовка»

1) умение ориентироваться на местности;
2) владение бытовыми навыками туриста;
3) знание основ техники катания на лыжах.

Личностные:

1. сформированность активности, организаторских способностей
2. сформированность коммуникативных навыков, коллективизма
3. сформированность ответственности, самостоятельности, дисциплинированности.

Метапредметные:

1. понимание учебной задачи, сформулированной педагогом;
2. умение планировать свои действия на отдельных этапах работы над выполнением творческого задания.

2 год обучения

предмет «Краеведение»

1) владение навыками исследовательской деятельности при изучении истории своей семьи, родного края.

предмет «Туристская подготовка»

1) умение работать со специальным снаряжением;
2) знание техники и тактики туристского похода;
3) владение техникой катания на лыжах.

Личностные:

1. сформированность активности, организаторских способностей
2. сформированность коммуникативных навыков, коллективизма
3. сформированность ответственности, самостоятельности, дисциплинированности
4. сформированность креативности, склонности к самостоятельному творчеству, исследовательско-проектной деятельности
5. сформированность самоопределения (личностное, профессиональное, жизненное);
6. сформированность нравственно-этической ориентации;
7. сформированность познавательного интереса и инициативности.

Метапредметные:

1. понимание учебной задачи, сформулированной педагогом;
2. умение планировать свои действия на отдельных этапах работы над выполнением творческого задания;
3. умение контролировать, проводить коррекцию и оценивать результаты своей деятельности;
4. понимание и умение пользоваться полученной информации при

выполнении заданий.

Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий».

2.1. Календарный учебный график

Начало учебных занятий – 01.09.2026 г.

Окончание 24.05.2027 г.

Продолжительность учебного года – 36 недель.

Количество часов в год – 108 ч.

Продолжительность и периодичность занятий: 1 раз в неделю по 3 академического часа.

Аттестация по итогам освоения программы – 6-22 мая 2027 г.

Выходные дни: 04.11.26 г., 31.12.26 г., 01-08.01.27 г., 23.02.2027 г., 08.03.2027 г., 01.05.2027 г., 09.05.2027 г.

Объем программы: 216 часов.

Срок освоения программы: 2 года.

Календарно-тематическое планирование составляется для каждой учебной группы на учебный год и используется для заполнения журнала педагога дополнительного образования (приложение 1).

2.2. Условия реализации программы

В реализации учебно-образовательного процесса используется средства обучения и воспитания для реализации дополнительной общеразвивающей программы туристско-краеведческой направленности

Материально-техническое обеспечение

№ п/п	Наименование основного оборудования	Кол-во единиц (место реализации – название филиала)
		МОУ «Кунашакская СОШ»
Учебно-практическое (учебно-лабораторное, специальное, спортивный инвентарь, инструменты и т.п.) оборудование		
1.	Палатка туристическая с тентом (каркасно-дуговая) четырехместная	4
2.	Тент от дождя	3
3.	Спальный мешок	17
4.	Коврик теплоизоляционный	17
5.	Костровое оборудование (тросик, таганок, сетка и т.п.)	2
6.	Комплект котелков для приготовления пищи (8, 9, 10 л.)	1
7.	Фонарь налобный	17
8.	Каска туристическая	17
9.	Компас жидкостный	5
10.	Курвиметр	2
11.	Палатка хозяйственная	1
12.	Оборудование для приготовления пищи (примусы, газовые плиты, горелки и т.д.)	2
13.	Карабины туристические (5 карабинов х 17 чел.)	85
14.	Система страховочная	17
15.	Спусковое устройство	17
16.	Жумар	17

17.	Веревка 10 мм	120
18.	Веревка 6 мм	50
19.	Топор туристический	3
20.	Перчатки туристические	17
22.	Рюкзак	15
Технические средства обучения		
1.	Навигационное устройство походного типа	1
2.	Спутниковый телефон	1
3.	Зарядное устройство на солнечных батареях	2
4.	Фотоаппарат	1
5.	Ноутбук	1
6.	Мышь для ноутбука	1

С целью обеспечения непрерывности образовательного процесса в случае возникновения чрезвычайных ситуаций (ухудшения эпидемической ситуации в связи с коронавирусной инфекцией, карантина, неблагоприятных погодных условий и т.п.), требующих отмены занятий в очной форме, занятия проводятся с использованием дистанционных образовательных технологий, в том числе на образовательном портале Moodle.

2.3. Формы аттестации

Время проведения	Цель проведения	Формы контроля
Текущий контроль		
В течение всего учебного года (в конце раздела)	Определение степени усвоения обучающимися учебного материала. Определение готовности восприятию нового материала. Повышение ответственности и заинтересованности в обучении. Выявление обучающихся отстающих и опережающих обучение.	Творческая работа, защита проекта, зачет, практическая работа
Промежуточная аттестация		
В конце учебного года (при переходе на следующий год обучения)	Определение степени усвоения обучающимися учебного материала. Определение результатов обучения.	Зачет
Аттестация по итогам освоения программы		
В конце учебного года (обучения по программе)	Определение результатов обучения.	Зачет

Результатом успешного освоения программы является участие в походе.

Текущий контроль проводится после изучения каждого раздела и вносится в мониторинговую карту. Форма проведения: творческая работа, тестирование, зачет, практическая работа.

Промежуточная аттестация / аттестация по итогам освоения программы проводится в форме зачета – состоит из 2 частей:

1. теоретическая подготовка (тестирование);
2. выполнение заданий в условиях природной среды; творческая работа

2.4. Оценочные материалы

Оценочные материалы текущего контроля, промежуточной/ аттестация по итогам освоения программы разрабатываются на учебный год и являются приложением к дополнительной общеразвивающей программе (приложение 2).

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

1. портфолио обучающегося;
2. видео- и фотоматериал с мероприятий;
3. педагогическое наблюдение

Критерии оценки образовательных результатов по разделам (темам) и планируемых оцениваемых параметров метапредметных и личностных результатов дополнительной общеразвивающей программы в рамках текущего контроля и аттестации по итогам освоения программы (приложение 3).

2.5. Методические материалы

Данная программа предусматривает как вариативные формы обучения, так и различные варианты специального сопровождения обучающихся. Основные виды занятий тесно связаны между собой и дополняют друг друга.

Реализация программы предусматривает использование в образовательном процессе следующих педагогических технологий:

1. технология группового обучения;
2. технология коллективного взаимообучения;
3. технология развивающего обучения;
4. технология проблемного обучения;
5. технология исследовательской деятельности;
6. технология проектной деятельности;
7. технология коллективной творческой деятельности;
8. здоровьесберегающая технология.

Алгоритм учебного занятия.

Главная методическая цель учебного занятия при системном обучении – создание условий для проявления творческой, познавательной активности обучающихся. На занятиях решается одновременно несколько задач – повторение пройденного материала, объяснение нового материала, закрепление полученных знаний и умений. Решение этих задач используется на основе накопления познавательных способностей и направлены на развитие творческих способностей обучающихся.

Требования современного учебного занятия:

1. четкая формулировка темы, цели, задачи занятия;
2. занятие должно быть проблемным и развивающим;
3. вывод делают сами обучающиеся;
4. учет уровня и возможностей обучающихся, настроения детей;
5. планирование обратной связи;
6. добрый настрой всего учебного занятия.

Структура занятия.

Организационный момент.

Введение в проблему занятия (определение цели, активизация и постановка познавательных задач).

Изучение нового материала (беседа, наблюдение, презентация, исследование).

Постановка проблемы.

Практическая работа.

Физкультминутка.

Обобщение занятия. Подведение итогов работы.

В процессе проведения учебного занятия используются дидактические материалы:

1. раздаточные материалы;
2. инструкционные, технологические карты;
3. задания, упражнения;
4. образцы;
5. презентации.

2.6. Воспитательный компонент

Воспитательный компонент в рамках занятий дополнительного образования, независимо от социально-экономических условий, пользуется повышенным спросом в связи с тем, что создает условия для активной самореализации личности детей и подростков, и свободы выбора современных творческих направлений, она дает подрастающему поколению социально значимую для творческой жизни позитивную цель и средств для ее достижения.

Цель воспитательного компонента - воспитание личности и создание условий для формирования активной жизнедеятельности обучающихся, гражданского самоопределения, развития творческих способностей и самореализации, максимального удовлетворения потребностей в интеллектуальном, культурном, физическом и нравственном развитии.

Задачи:

1. Реализовать потенциал наставничества в воспитании обучающихся как основа взаимодействия людей разных поколений согласно целевым ориентирам (планируемые результатам):

- сформированность культуры общения и взаимопомощи;
- сформировалось трудолюбия и уважения к труду и результатам труда;
- сформированность опыта социально значимой деятельности в туристских, физкультурно-спортивных и др. объединениях, акциях, программах.

2. Создать условия для формирования личности, стремящейся к саморазвитию, профессиональному самоопределению и успешной самореализации на основе личных проб в современной деятельности и социальной практике согласно целевым ориентирам (планируемые результатам):

- сформированность настойчивости, последовательности, принципиальности, воли, упорства, дисциплинированности через туристскую деятельность;
- осознанность своего позитивного отношения к российским базовым ценностям;

- сформированность ориентации на осознанный выбор своей детальности в сфере профессиональных интересов;

- сформированность стремления к успешной самореализации на основе личных проб в туристской деятельности

3. Использовать занятия, как источник поддержки и развития интереса к здоровому образу жизни, ответственного отношения к природной и социокультурной среде обитания согласно целевым ориентирам (планируемые результатам):

- сформированность личной ответственности за действия в природной среде, неприятие действий, приносящих вред природе;

- сформированность стремления к заботе о своём здоровье и здоровье окружающих людей;

4. Приобщение обучающихся к общечеловеческим нормам морали, национальным устоям и традициям образовательного учреждения, содействие развитию и активной деятельности детских общественных объединений согласно целевым ориентирам (планируемые результатам):

- готовность обучающегося брать на себя ответственность за достижение общих целей коллектива

- сформированность уважения прав, свобод и обязанностей гражданина России, неприятия любой дискриминации людей по социальным, национальным, расовым, религиозным признакам, проявлений экстремизма, терроризма, коррупции, антигосударственной деятельности;

- сформированность деятельного ценностного отношения к историческому и культурному наследию народов России, российского общества, к языкам, литературе, традициям, праздникам, памятникам, святыням, религиям народов России, к российским соотечественникам, защите их прав на сохранение российской культурной идентичности;

5. Содействовать в развитии воспитательного потенциала семьи согласно целевым ориентирам (планируемые результаты):

- повысить уровень информированности родителей о законодательной базе, нормативно – правовых документах федерального, регионального уровней, регламентирующих деятельность учреждения.

- повысить уровень воспитательного потенциала семьи.

6. Поддержать социальные инициативы и достижений обучающихся согласно целевым ориентирам (планируемые результаты):

- сформированность опыта гражданского участия на основе уважения российского закона и правопорядка;

- сформированность деятельного ценностного отношения к историческому и культурному наследию народов России, российского общества, к языкам, литературе, традициям, праздникам, памятникам, святыням, религиям народов России, к российским соотечественникам, защите их прав на сохранение российской культурной идентичности;

- сформированность опыта сохранения уникального природного и биологического многообразия России, природного наследия Российской Федерации, ответственного отношения к животным;

Формы воспитания: беседа, практическое занятие, мастер - класс, творческая встреча, защита проектов, деловая игра, экскурсия, тренинги, туристские прогулки, походы

Методы воспитания: метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение), метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей); метод упражнений(приучения); методы одобрения и осуждения поведения детей, педагогического требования (с учётом преимущественного права на воспитание детей их родителей (законных представителей), индивидуальных и возрастных особенностей детей младшего возраста) и стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного); метод переключения в деятельности; методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании; методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

Условия воспитания.

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива в рамках учебных занятии в соответствии с нормами и правилами работы организации, а также на площадках, мероприятиях в других организациях с учётом установленных правил и норм деятельности на этих площадках.

Анализ результатов (самоанализ).

Основными принципами, на основе которых осуществляется самоанализ воспитательной работы являются:

принцип гуманистической направленности осуществляемого анализа, ориентирующий на уважительное отношение как к воспитанникам, так и к педагогам, реализующим воспитательный процесс;

принцип приоритета анализа сущностных сторон воспитания, ориентирующий на изучение не количественных его показателей, а качественных таких как содержание и разнообразие деятельности, характер общения и отношений между обучающимися и педагогами;

принцип развивающего характера осуществляемого анализа, ориентирующий использование его результатов для совершенствования воспитательной деятельности педагогов: грамотной постановки ими цели и задач воспитания, умелого планирования своей воспитательной работы, адекватного подбора видов, форм и содержания их совместной с детьми деятельности, с этой целью проводится ряд мониторинговых исследований.

Основными направлениями анализа, организуемого в учреждении воспитательного процесса являются следующие:

1. Результаты развития личностных качеств обучающихся. Рассматривается динамика личностного развития обучающихся в каждом конкретно взятом объединении (коллективе). Анализ осуществляется на основе критериев, обозначенных в программе, реализуемой в объединении (коллективе). Проводится в декабре и мае учебного года.

2. Анализ включенности детских объединений в план воспитательной работы учреждения осуществляется в формате публикаций фотоотчёта в социальной сети «ВКонтакте» с тематическими и официальными хештегами #оцдод

#образовательныепрограммы #образованиевприоритете #воспитание #центрпосопровождениюобразовательныхпрограмм по проведенным мероприятиям.

3. Изучение уровня удовлетворенности образовательным и воспитательным процессом родителей (законных представителей) обучающихся, которое проводится на сайте учреждения в течение учебного.

Календарный план воспитательной работы представлен в приложении 4.

2.7. Список литературы

Список литературы для педагога

1. Александрова А.Ю.: Международный туризм – М.: Аспект-пресс, 2015; – 597 с.
2. Алексеева Н.К. Туризм / Tourismus. Учебник. – М.: Флинта, НОУ ВПО Московский психолого-социальный университет, 2012; – 336 с.
3. Бардин К.В. Азбука туризма. – М.: Просвещение, 2001.
4. Бессараб, Д. А. География международного туризма: пособие для студентов вузов. В 2 ч. Ч. 2. География видов туризма [Текст] / Д. А. Бессараб, Л. В. Штефан. – Минск: ТетраСистемс, 2011; - 224 с.
5. Глушко А. А., Сазыкин А. М. География туризма / [Текст] А. А. Глушко, А. М. Сазыкин. – Владивосток: Издательство Дальневосточного университета, 2012 – 270с.
6. История Южного Урала = History of the South Urals / С. Г. Боталов, А. В. Епимахов, В. С. Мосин [и др.] ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Южно-Уральский государственный университет (Национальный исследовательский университет), Институт истории и археологии Уральского отделения Российской академии наук. – Челябинск : Издательский центр ЮУрГУ, 2019. – 390 с. – ISBN 978-5-696-05157-4. – Текст : непосредственный .
7. Антипин, Н. А. История родного края. Челябинская область (Южный Урал) : учебное пособие / Н. А. Антипин, Е. Ю. Захарова, В. А. Зорин [и др.] ; под общ. ред. В. М. Кузнецова. – Челябинск : Абрис, 2022. – 215 с. – Текст : непосредственный .
8. Александрова, А. Ю. Международный туризм : учебник / А. Ю. Александрова. – Москва : Аспект-пресс, 2015. – 597 с. – ISBN 978-5-7567-0789-0. – Текст : непосредственный.
9. Григорьева, Е. Т. Анализ туристских предпочтений пешеходных маршрутов Челябинской области / Е. Т. Григорьева ; научный руководитель О. Е. Кутепова // Мир спорта. – 2025. – № 1. – С. 15-21. – Текст : непосредственный .
10. Рыбкина, В. А. Использование природных туристско-рекреационных ресурсов Челябинской области в организации санаторно-курортного хозяйства : выпускная квалификационная работа / В. А. Рыбкина ; научный руководитель И. Н. Лиходумова ; Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет. – Челябинск, 2025. – 58 с. – Текст : непосредственный .
11. Чагин, Г. Н. Народы и культуры Урала. XIX–XXI вв. / Г. Н. Чагин. – Екатеринбург : Сократ, 2015. – 320 с. – ISBN 978-5-906350-03-9. – Текст : непосредственный .
12. Литература Южного Урала в контексте истории русской литературы : учебное пособие / составитель Т. Н. Маркова ; Министерство просвещения Российской Федерации, Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет. – Челябинск : Издательство ЮУрГГПУ, 2024. – 121 с. – ISBN 978-5-907869-54-7. – Текст : непосредственный .

13. Шведько, О. Литературная страна : краеведческий проект Урала / О. Шведько, Л. Замяткина // Библиотечное дело. – 2025. – № 14. – С. 7-8. – Текст : непосредственный .
14. Лазарев, А. Поэтическая летопись заводов Урала / А. Лазарев. – Челябинск, 1984. – 244 с. – Текст : непосредственный

Список литературы для детей

1. Бардин К.В. Азбука туризма. – М., 2001.
2. Кошельков С.А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований обучающихся. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 2007.
3. Фесенко Б.А. Книга молодого ориентировщика. – М., 2007.
4. Виноградов, Н. Б. Историческое краеведение. Челябинская область : учебное пособие для 7-9 классов / Н. Б. Виноградов, М. С. Гитис, В. М. Кузнецов. – Челябинск : Абрис, 2009. – 190 с. – (Познай свой край. Челябинская область). – Текст : непосредственный .
5. Краеведение. Челябинская область. 8 класс : учебник для основной школы / У. А. Алимова, Д. А. Алпатиков, Е. И. Артюшкина [и др.] ; под общ. ред. В. М. Кузнецова. – 2-е изд., испр. – Челябинск : Абрис, 2011. – 124 с. – (Познай свой край. Челябинская область). – ISBN 978-5-91744-036-3. – Текст : непосредственный .
6. Краеведение. Челябинская область. 9 класс : учебник для основной школы / Д. А. Алпатиков, П. Ф. Назыров, Е. Ф. Павленко [и др.] ; под общ. ред. В. М. Кузнецова. – Челябинск : Абрис, 2012. – 155 с. – (Познай свой край. Челябинская область). – Текст : непосредственный .
7. Моисеев, А. П. Топонимическое краеведение (лингвистическое). Челябинская область : учебное пособие / А. П. Моисеев. – Челябинск : Абрис, 2009. – 127 с. – (Познай свой край. Челябинская область). – Текст : непосредственный .
8. Гитис, М. С. Челябинская область : географический справочник / М. С. Гитис. – Челябинск : Абрис, 2006. – 183 с. – Текст : непосредственный .
9. Шувалов, Н. И. От Парижа до Берлина по карте Челябинской области : топонимический словарь / Н. И. Шувалов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Челябинск : Южно-Уральское книжное издательство, 1989. – 158 с. – Текст : непосредственный .
10. Гербы и символы: Челябинск и Челябинская область / Г. В. Калашников. – Санкт-Петербург, 2021. – 64 с. – Текст : непосредственный .

Список интернет-ресурсов

1. Геральдика.ру : некоммерческий интернет-проект : [сайт]. – URL: https://geraldika.ru (дата обращения: 13.08.2026). – Текст. электронный.
2. Челябинская область : энциклопедия : [сайт]. – URL: http://chel-portal.ru (дата обращения: 13.08.2026). – Текст. электронный.
3. Челябинская областная универсальная научная библиотека : официальный сайт. – URL: https://chelreglib.ru (дата обращения: 13.08.2026). – Текст. электронный.

4. Государственный научно-производственный центр по охране культурного наследия Челябинской области : официальный сайт. – URL: http://www.gnpc74.ru (дата обращения: 13.08.2026). – Текст. электронный.
5. Наш Урал : краеведческий портал : [сайт]. – URL: https://nashural.ru (дата обращения: 13.08.2026). – Текст. электронный.
6. Инфоурок : образовательный портал : [сайт]. – URL: https://infourok.ru (дата обращения: 13.08.2026). – Текст. электронный.
7. Survinat.ru : сайт о туризме и путешествиях : [сайт]. – URL: https://survinat.ru (дата обращения: 13.08.2026). – Текст. электронный.