

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
"Средняя школа поселка Борское
Гвардейского муниципального округа Калининградской
области"**

Принята на заседании
педагогического совета
от 29.03.2023 г.
Протокол № 5



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

Возраст обучающихся: 10-17 лет
Срок реализации: 2 года

Разработчики программы:
ГАУКОДО Калининградский областной
детско-юношеский центр экологии,
краеведения и туризма

пос. Борское
2023



ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа

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

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

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

Ведущие теоретические идеи

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

Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы

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

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

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

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

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

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



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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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



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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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



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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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



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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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



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

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

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

Направленность (профиль) программы

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

Уровень освоения программы

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

Актуальность программы

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

Вовлечение детей и подростков в туристско-краеведческую деятельность обеспечивает формирование положительного отношения к природе родного края и социальным факторам жизни. Чувственно-эмоциональное восприятие красоты природы закладывает прочный фундамент таких важных человеческих качеств как любовь к Родине, чувство патриотизма. Занятия туризмом на первой стадии воспитывают основные качества: выносливость, силу, ловкость, скорость, умение жить в коллективе.

Педагогическая целесообразность

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

Практико-ориентированный подход позволяет педагогу следить за качеством усвоения знаний, а обучающимся – применять свои знания на практике. Педагогическая целесообразность программы определяется ее социальной значимостью и направленностью вхождения личности в социум и мир природы, умения адаптироваться в социальной и природной среде.



В походах, на экскурсиях ребенок не только пополняет свои знания, но и включается через общение с другими людьми в сложный мир человеческих отношений, выполняет различные социальные роли, и чем богаче мир, окружающий ребенка, тем богаче и разнообразнее его личность.

Практическая значимость

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

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

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

Принципы отбора содержания образовательной программы

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

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

Отличительные особенности программы

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



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

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

Цель образовательной программы

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

Задачи образовательной программы

Образовательные:

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

Развивающие:

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

Воспитательные:

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

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

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

Форма обучения по образовательной программе

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



Особенности организации образовательного процесса

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

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов в год – 72 часа.

Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут. Недельная нагрузка на одну группу: 2 часа. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 академическому часу или раз в неделю по 2 академических часа.

Объем и срок освоения программы

Срок освоения программы – 2 года. На полное освоение программы требуется 144 часа.

Основные формы и методы

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

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

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

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

Планируемые результаты

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

– географию Калининградской области: географическое положение, границы, главные реки, озёра, города, полезные ископаемые;



- растительный и животный мир (деревья, кустарники, цветы парков, скверов, диких и домашних животных, птиц перелётных и зимующих, экологию г. Калининграда и Калининградской области;
 - историю пруссов, завоевания Пруссии Тевтонским орденом, историю Прусского государства.
 - памятники истории, архитектуры и культуры на территории г.Калининграда и области;
 - иметь понятие о гербе, гимне, знать историю создания гербов области;
 - правила безопасности на занятии, на прогулке, в походе, на экскурсии, в транспорте;
 - названия туристских узлов и их использование в туристской практике;
 - правила движения по шоссе, проселочной (лесной) дороге, в лесу, по заболоченной местности; правила разжигания костра;
 - топографические знаки, карты топографические и спортивного ориентирования, масштабы карт, ориентирование компасом на карте, на местности, по местным признакам; длину своего шага;
 - лекарственные растения (деревья, кустарники и травы), несколько народных способов оздоровления с помощью растений;
 - растения, применяемые в пищу и используемые в медицинских целях в походе; ядовитые растения и грибы.
- должны уметь:**
- пользоваться физико-географической картой Калининградской области и найти на ней границы, главные реки, озёра, города;
 - работать с контурной картой;
 - соблюдать правила движения в городе, на пересечённой местности;
 - иметь практические навыки преодоления препятствий на пересечённой местности;
 - определять породы деревьев, кустарников, виды домашних и диких животных, птиц Калининградской области; изготовить простейшую кормушку;
 - вести рассказ об истории пруссов, легенды;
 - проложить маршруты к памятникам истории и культуры на территории г. Калининграда;
 - завязать 5 туристских узлов и их уметь их использовать в туристской практике;
 - уложить рюкзак, разжечь костёр, поставить палатку;
 - зарисовать 15 условных топографических знаков и найти их на топографической карте;
 - ориентировать стороны горизонта по компасу, по мху, муравьям, деревьям, квартальным столбам, по карте, уметь парами шагов просчитать 100 м;



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

Механизм оценивания образовательных результатов

Основа - три группы показателей:

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

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

Критерии оценки результативности.

- высокий уровень – 3 балла;
- средний уровень – 2 балла;
- низкий уровень – 1 балл;
- не усвоил – 0 баллов.

Формы подведения итогов реализации программы

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

Организационно-педагогические условия реализации программы.

Социально-психологические условия реализации образовательной программы обеспечивают:

– учет специфики возрастного психофизического развития обучающихся;

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

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

– формирование коммуникативных навыков в разновозрастной среде и среде сверстников.

– наличие комфортной развивающей образовательной среды.

Для реализации программы необходимо наличие:



– отдельного помещения (класса с посадочными местами и столами); занятия проводятся в учебном помещении общей площадью до 25 м², с посадочными местами группы обучающихся;

– пособий и оборудования для проведения занятий: компасы, линейки, транспортиры, топографические карты, географические и контурные карты Калининградской области, карты спортивного ориентирования, фотографии и открытки с видами памятных мест г. Калининграда и области, плакаты условных знаков и символов спортивного ориентирования, компьютерная техника, интерактивная доска, фотоаппарат, видеокамера;

– пособий и оборудования для проведения практических занятий, соревнований, походов выходного дня, (рюкзак, туристские коврики, спальные мешки, палатки, котлы, медицинская аптечка, ремонтный набор и прочее);

– для проведения тренировок и участия в соревнованиях по спортивному ориентированию (компасы, специальную форму, колья, призмы, компостеры, планшеты, чипы, электронную технику отметки на контрольном пункте и подсчёта результатов);

– пособий и оборудования для проведения занятий по спортивному туризму: страховочные системы, карабины, спусковые и подъемные устройства, каски, веревки, GPS навигаторы

– полигон для проведения практических занятий и соревнований по спортивному ориентированию и туризму;

– автобус для выездных занятий на соревнования и экскурсии.

Материально-техническое обеспечение программы

– Поясная беседка "Высота 004"

– Грудная обвязка "Высота 001"

– Веревка 6 мм ШНУР (32 пр) "Хват"

– Веревка 10 мм ШНУР ВСС (48 пр) стат

– Карабин автомат ГУСЬ с байонетной муфтой (V)

– Карабин Chlogum с байонетной муфтой keylock (Венто)

– Спусковое устройство Восьмёрка с креплением Спорт туризм (V)

– Зажим ЖУМАР (V)

– Компас мод.22С

– Рюкзак АЗИМУТ-60

– Палатка High Peak Texel 3

– Котёл овальный 10 л с крышкой

– Коврик туристский 180x60x0.8 Optima Light

– Спальный мешок Totem Hunter

Методическое обеспечение реализации программы включает:

– учебные пособия (справочная и научно-популярная литература, периодические издания, видео- и аудиоматериалы, электронные средства образовательного назначения (виртуальные лекции по темам образовательной программы, демонстрационные модели, слайдовые презентации, виртуальные контрольные и лабораторные работы, индивидуальные задания и др.);



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

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

Информационное обеспечение программы

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

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

– функционирование системы электронного обучения; использование технологий дистанционного обучения;

– использование программного обеспечения для коммуникации между участниками образовательного процесса.

Кадровое обеспечение программы

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

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1 год обучения

№ п/п	Наименование	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение в туризм	4	2	2	Устный опрос/рефлексия
2.	Краеведение	12	3	9	Тестирование/экскурсия/ ПВД
3.	Личное и групповое снаряжение туриста. Техника безопасности	8	2	6	Устный опрос, тестирование, соревнование
4.	Основы туристской подготовки	16	3	13	Тестирование, опрос, поход



5.	Топография и ориентирование на местности	32	8	24	Участие в соревнованиях
	Итого	72	20	52	

Задачи первого года обучения

Образовательные:

- развитие первичных эколого-туристских, краеведческих знаний, умений и навыков: познавательных, преобразовательных и поведенческих;
- введение в область наук: географии, истории, биологии, литературы, топографии на примере изучения краеведения области.

Развивающие:

- развитие наблюдательности, памяти, речи, самостоятельности;
- развитие нравственных и эстетических чувств.

Воспитательные:

- формирование и развитие навыков социального поведения и навыков здорового образа жизни;
- воспитания патриотизма и любви к своей Родине.

Содержание программы

1

год обучения

Раздел 1. Введение в туризм

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

Практика: работа в группах.

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

Раздел 2. Краеведение

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

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

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

Раздел 3. Личное и групповое снаряжение туриста-многоборца

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



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

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

Правила поведения туристов-многоборцев и техника безопасности на занятии.

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

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

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

Раздел 4. Основы туристской подготовки

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

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



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

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

Раздел 5. Топография и ориентирование на местности

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

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

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

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

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

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

год обучения

2

№ п/п	Наименование	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Основы гигиены и первая доврачебная помощь	10	3	7	Тестирование/ устный опрос
2.	Организация и проведение туристских походов.	29	7	22	Участие в соревнованиях /ПВД
3.	Общая и специальная физическая подготовка.	29	7	22	Участие в соревнованиях
4.	Итоговое занятие. Поход.	4	1	3	ПВД



	Итого	72	18	54	
--	--------------	-----------	-----------	-----------	--

Задачи второго года обучения

Образовательные:

- накопление и систематизация представлений детей об окружающей действительности;
- введение в область наук: географии, истории, биологии, литературы, топографии на примере изучения краеведения области;
- формирование целостной системы знаний о процессе общественного исторического и социального развития.

Развивающие:

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

Воспитательные:

- воспитание доброты, отзывчивости, умения сопереживать;
- воспитание экологической культуры и желания охранять природу;
- воспитания патриотизма и любви к своей Родине.

Содержание программы 2 год обучения

Раздел 6. Основы гигиены и первая доврачебная помощь

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

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

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

Практика: Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними. Комплектование и использование медицинской аптечки при оказании первой доврачебной помощи условно пострадавшему (определение травмы, заболевания, практическое оказание помощи). Способы транспортировки пострадавшего.

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



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

Раздел 7. Организация и проведение туристских походов

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

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

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

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

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

Подведение итогов похода. Обработка собранных материалов.

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

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

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

Раздел 8. Общая и специальная физическая подготовка

Теория: Общая физическая подготовка. Краткие сведения о строении человеческого организма. Основная задача общей физической подготовки: развитие физических, моральных и волевых качеств туристов. Всесторонняя физическая подготовка; основа для стабильного выступления на соревнованиях по туристскому многоборью и спортивному ориентированию, а также безаварийного прохождения маршрутов туристских походов.

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



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

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

Результатом занятий является освоение практических навыков, участие в соревнованиях.

Раздел 9. Итоговое занятие: поход выходного дня

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

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

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Режим деятельности	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности «Пешеходный туризм»
1.	Начало учебного года	1 сентября
2.	Продолжительность учебного периода	36 учебных недель
3.	Продолжительность учебной недели	5 дней
4.	Периодичность учебных занятий	2 раза в неделю
5.	Количество часов	72 часа
6.	Окончание учебного года	31 мая
7.	Период реализации программы	01.09.2023-31.05.2025

Воспитательная работа

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

- 1) гражданско-патриотическое;
- 2) нравственное и духовное воспитание;



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

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

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

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

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

Календарный план воспитательной работы

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



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

Список литературы

Нормативные правовые акты:

- 1) Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- 2) Распоряжение Правительства РФ от 30 декабря 2012 года № 2620-р.
- 3) Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
- 4) Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Для педагога дополнительного образования:

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



15) Туманов В. Е. Школьный музей-хранитель народной памяти. - Москва, 2006.

Для обучающихся:

16) Баринов А. Деревьев души и сердца. - Изд. «Кладезь» Калининград, 2010.

17) Ган О., Григорьев Д. Твой дом. - Калининград, 2010.

18) Глухота Г. «С азимутом и рюкзаком». – Калининград, 2008.

19) Куликов В.М., Ротштейн Л.М., Константинова Ю.- Словарь юного туриста. - Москва, ФЦДЮТиК МО РФ, 2008

20) Мазнев Н. Цветной супертравник. - Москва, 2010.

21) Музей Мирового океана. Путеводитель по берегам Самбии. - Изд. «Терра Балтика», 2011.

22) Озеров А. Г. Исследовательская деятельность учащихся в природе – Москва, ФЦДЮТиК, 2005.

23) Персин А.И. Словарь юного краеведа. – Москва, ФЦДЮТиК МО РФ, 2008.

24) Семёнова Ю. В., Аполлонская И. В. Православный Калининград. - Изд. Смартбукс, 2013.

25) Сечко Л. Край, в котором мы живем. Очерки истории

26) Калининградской области. - Калининград, Янтарный сказ, 2008

27) Туристская игротека (Игры, конкурсы, викторины). - Калининград, 2010.

28) Миловский В. А. 60 краеведческих маршрутов по Калининградской области. - Калининград, 2010.

