

Муниципальное казённое учреждение
«Управление образования местной Администрации
Урванского муниципального района КБР»

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №2 с.п. Кахун»
Урванского муниципального района Кабардино-Балкарской Республики

СОГЛАСОВАНО

на заседании Педагогического совета
МКОУ СОШ №2 с.п. Кахун
Протокол от «28» 06. 2025 г. № 9

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ СОШ №2 с.п. Кахун
Гетокова Р.Ю.

Приказ от «28» 06. 2025 г. № 91/1



**Дополнительная общеразвивающая программа
«Спортивный туризм»**

Направленность программы: *туристско-краеведческая*

Уровень программы: *стартовый*

Вид программы: *модифицированная*

Тип программы: *общеразвивающая*

Адресат: *13-17 лет*

Срок реализации программы: *1 год обучения (72 часа, 2 часа в неделю.)*

Форма обучения: *очная*

Автор: *Карданова Тира Нургалиевна, педагог дополнительного образования.*

\\
\\

с.п.Кахун , 2025 г.

Раздел 1: Комплекс основных характеристик программы

Пояснительная записка

Направленность: туристско - краеведческая

Уровень программы: стартовый

Вид программы: модифицированная

Тип программы: общеразвивающая

Нормативно-правовая база, на основе которой разработана программа:

1. Федеральный закон от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Национальный проект «Образование».
3. Конвенция ООН о правах ребенка.
4. Приоритетный проект от 30.11.2016 г. №11 «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный протоколом заседания президиума при Президенте РФ.
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 15.04.2019 г. №170 «Об утверждении методики расчёта показателя национального проекта Образование» «Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных дополнительным образованием».
6. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022г. №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
7. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015г. №996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года».
8. Федеральный проект «Современная школа» национального проекта «Образование». Федеральный проект «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» (новые места в дополнительном образовании).
9. Приказ Министерства просвещения РФ от 21.04.2023г. №302 «О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019г. №467».
10. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 29.09.2023г. №АБ-3935/06 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих Формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны».
11. Протокол заочного заседания Рабочей группы по дополнительному образованию детей Экспертного совета Министерства просвещения Российской Федерации по вопросам дополнительного образования детей и взрослых, воспитания и детского отдыха от 22.03.2023г. №Д06-23/06пр.
12. Федеральный закон от 13.07.2020г. №189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере».
13. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015г. №09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по

проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы).

14. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021г. №652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

15. Постановление Главного государственного санитарного врача от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

16. Постановление Главного государственного санитарного врача от 28.01.2021г. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СП 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

17. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 26.08.2010г. №761н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования».

18. Приказ Министерства просвещения РФ от 04.04.2025г. №269 «О продолжительности рабочего времени (нормах часов педагогической работы за ставку заработной платы) педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность по основным и дополнительным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования и соответствующим дополнительным профессиональным программам, основным программам профессионального обучения, и о Порядке определения учебной нагрузки указанных педагогических работников, оговариваемой в трудовом договоре, основаниях ее изменения и случаях установления верхнего предела указанной учебной нагрузки» (вступает в силу с 1 сентября 2025г).

19. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021 г. №652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

20. Приказ Минобрнауки РФ от 27.07.2022г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

21. Письмо Минобрнауки РФ от 29.03.2016г. №ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учётом их особых образовательных потребностей»).

22. Распоряжение Правительства РФ от 28.04.2023г. №1105-р «Об утверждении Концепции информационной безопасности детей в Российской Федерации».

23. Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020г. №882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».

24. Письмо Минобрнауки РФ от 03.04.2015 г. №АП-512/02 «О направлении методических рекомендаций по НОКО» (вместе с «Методическими рекомендациями по независимой оценке качества образования образовательной деятельности организаций, осуществляющих образовательную деятельность»).

25. Письмо Минобрнауки РФ от 28.04.2017 г. №ВК-1232/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей»).

26. Постановление Правительства РФ от 20.10.2021г. №1802 «Об утверждении Правил размещения на официальном сайте образовательной организации в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обновления информации об образовательной организации».

27. Приказ Федеральной службы по надзору в сфере образования и труда от 04.08.2023г. №1493 «Об утверждении Требований к структуре официального сайта образовательной организации в информационно телекоммуникационной сети «Интернет» и формату представления информации».

28. Закон Кабардино-Балкарской Республики от 24.04.2014г. №23-РЗ «Об-образовании» (с изменениями и дополнениями).

29. Приказ Минобрнауки КБР от 17.08.2015г. №778 «Об утверждении Региональных требований к регламентации деятельности государственных образовательных учреждений дополнительного образования детей в Кабардино-Балкарской Республике».

30. Постановление Правительства КБР от 22.04.2020г. №85-ПП «О межведомственном совете по внедрению и реализации в Кабардино Балкарской Республике целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей».

31. Распоряжение Правительства КБР от 26.05.2020г. №242-рп «Об утверждении Концепции внедрения модели персонифицированного дополнительного образования детей в КБР».

32. Приказ Минпросвещения КБР от 18.09.2023г. №22/1061 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Кабардино-Балкарской Республике».

33. Письмо Минпросвещения КБР от 20.06.2024г. №22-16-17/5456 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по разработке и реализации дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые и модульные), «Методическими рекомендациями по разработке и экспертизе качества авторских дополнительных общеразвивающих программ»).

34. Постановление от 31.07.2023г. №2789 «Об утверждении Положения о персонифицированном дополнительном образовании детей в Урванском районе».

35. Устав МКОУ СОШ №2 с.п.Кахун.

36. Общеразвивающая программа МКОУ СОШ №2 с.п.Кахун.

Актуальность программы:

В настоящее время содержание, роль, назначение и условия реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ закреплены в следующих нормативных документах:

В экологическом образовании и воспитании уже давно наметилась неблагоприятная тенденция сокращения мероприятий экологической направленности, исключения предмета экологии из учебных планов школ. Экология перестала существовать как самостоятельный предмет. Богатый эколого-краеведческий материал, изучение которого предусмотрено программой, изложен так, чтобы, постигая отечественное культурное прошлое и расширяя свои знания в области истории, культуры и экологии, учащиеся оценили красоту и богатства родного края и впоследствии смогли воспитать в себе лучшие качества человеческого характера.

Поэтому данная программа является актуальной и необходимой, отвечает потребностям и запросам не только учащихся, но и их родителей, общества в целом.

Новизна программы:

Заключается в совмещении спортивного туризма, краеведения, спортивного ориентирования, ведение краеведческих наблюдений и исследований, оказание первой

медицинской помощи, активного отдыха в виде походов и экскурсий и позволяет по окончании курса обучения подготовить спортсмена-туриста по всем разделам, затронутым в данной программе.

Отличительные особенности программы:

Отличительной особенностью программы «Спортивный туризм» является то, что она дает представление о туристско-краеведческой деятельности в целом, нацелена на подготовку обучающихся к участию в массовых туристско - краеведческих мероприятиях, закладывает основы организации туристского быта и техники передвижения в походе, самостоятельного прохождения дистанций спортивного ориентирования, организации краеведческих исследований.

Программа «Спортивный туризм» интегрирует в себе основные взаимосвязанные виды туристско - краеведческой деятельности: спортивный туризм (туристские походы, туристские соревнования), спортивное ориентирование, краеведение. В такой интеграции заключается новизна программы. Каждое направление туристско-краеведческой деятельности с точки зрения обучения, воспитания, развития уникально по-своему. Ведущим из этих направлений является туризм, без которого, по сути, не могут обойтись ни ориентирование, ни краеведение.

Выделяются два аспекта спортивного туризма: туристские походы и туристские соревнования. Туристский поход – это самая комплексная, эффективная форма туристско-краеведческой деятельности. В туристских походах образование, воспитание, развитие происходит в процессе организации коллективной походной жизни и активной деятельности обучающихся в естественных природных условиях. Активная и самостоятельная деятельность обучающихся в походных условиях способствует приобретению ими необходимого социального опыта, опыта общественных и личностных отношений, способствует процессу самоутверждения. Туристский поход позволяет одновременно достигать всех целей, которые ставятся перед туристско - краеведческой деятельностью. Туристские соревнования, слеты – туристские праздники на природе, которые являются активной формой привлечения детей к занятию туризмом, спортом, укрепления здоровья, приобретения жизненно важных навыков. Но главным стимулом развития соревнований юных туристов является не соревнования ради соперничества, а возможность свободного общения со сверстниками в условиях походной жизни, обретение новых друзей- единомышленников, обмен опытом, маршрутами, песни у костра и многое другое, чего никогда не увидишь и не почувствуешь в городе.

Спортивное ориентирование – вид спорта, в котором главными помощниками в выборе правильного пути являются компас и карта. Занятия ориентированием содействуют умственному и физическому развитию, укреплению здоровья, помогают познавать и понимать природу. Кроме оздоровительной и спортивной направленности ориентирование имеет большое прикладное значение. Умение ориентироваться – это навык, который необходим и туристу, и охотнику, и геологу, и будущему воину. Изучению своей «малой родины», расширению кругозора ребят способствует краеведение. Краеведческая работа всегда интересна, т.к. носит поисковый, исследовательский характер. Она направлена на активное и углубленное изучение истории родного края, его жителей. Изучение природы своего края способствует закреплению теоретических знаний о законах природы, природных комплексах родного края, формированию представления о целостности, единстве и всеобщей взаимосвязи в природе, получению необходимых навыков по ее охране, развитию интеллектуальных и практических умений по оценке природопользования и улучшения состояния окружающей среды. Это играет большую роль в формировании и развитии экологического сознания и экологической культуры личности ребенка.

Педагогическая целесообразность:

Занятия в туристско - краеведческих детских объединениях : способствуют возрождению духовности, национального сознания, любви к родной стране у

подрастающего поколения; воспитывают уважение к человеку и его труду; повышают результативность обучения и воспитания благодаря использованию ярких примеров из окружающего мира; обогащают опытом совместной деятельности, общения; способствуют личностному развитию ребенка; развивают желание пополнять собранными во время походов и экскурсий материалами краеведческие, школьные музеи, создавать новые; научат постоянно следить за экологическим состоянием окружающей среды и своевременно знакомить с результатами исследований общественность.

Адресат программы:

Дети с 13- 17 лет

Срок реализации:

9 месяцев, 72 часа.

Режим занятий: Основная форма организации образовательного процесса дополнительного образования – учебное занятие. В период каникул занятия проходят по специальному расписанию с переменным составом. Для учебных занятий используются специально предусмотренные расписанием дня часы во второй половине дня. Продолжительность учебного занятия – 40 минут. Занятия проводятся по расписанию каждой группы. Общее количество часов в год – 72 часа. Периодичность занятий – 2 часа

Наполняемость группы: от 11 до 13 человек.

Форма обучения: очная.

Формы занятий: По данной программе различные: рассказ, беседа, лекции. Наиболее характерными формами проведения занятий являются тематические прогулки, экскурсии, походы, практические занятия на улице и в помещении (спортивный зал).

Количество часов, расписание занятий составляется в соответствии с «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к учреждениям дополнительного образования СанПиН 2.4.4.3172-14».

Цель программы: обучение, воспитание, развитие и оздоровление детей в процессе занятий спортивным туризмом, формирование всесторонней гармонично развитой личности.

Программный материал объединен в целостную систему спортивной подготовки и предполагает решение **следующих основных задач:**

Задачи программы:

Личностные (воспитательные):

- формирование у обучающегося жизненной самостоятельности и волевых качеств;
- формирование у обучающегося гуманного отношения к окружающей среде;
- содействие гармоничному развитию обучающегося, совершенствование его духовных и физических потребностей;
- обучающийся будет развивать навыки сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- у обучающегося будет формироваться умение работать в паре/группе, распределять обязанности в ходе тренировок по спортивному туризму;
- обучающийся будет приобретать опыт в достижении стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта спортивный туризм;

Предметные (обучающие):

- у обучающегося будет формироваться знания, умения в области спортивного туризма, ориентирования, краеведения, а также необходимые туристско-краеведческие навыки;

- у обучающегося будет устойчивый интерес и потребность в познании окружающего мира и природе родного края.

Метапредметные(развивающие):

- обучающийся должен научиться приемам мониторинга окружающей среды;
- у обучающегося сформируется умение и навык преодолевать естественные препятствия при помощи туристской техники;
- у обучающегося сформируется комплекс знаний, умений и навыков для выживания в условиях природной среды;

Учебный план

№	Тема занятия	Кол-во часов			Формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1	Раздел 1 Общая подготовка. Спортивный туризм – вид спорта.	2	2		текущий контроль
2	Инструктаж по технике безопасности. Порядок тренировок. Требования к форме одежды на занятиях спортивным туризмом. ТБ.	2	2		текущий контроль
3	Раздел 2 Основы туристской подготовки. Подготовка к походу. Что такое поход. Цели и задачи похода.	2	2		текущий контроль
4	Маршрут похода. Обязанности в группе.	2	2		тестирование
5	Туристское снаряжение, используемое в походах, подбор продуктов и медикаментов для похода выходного дня. Правила размещения предметов в рюкзаке.	2	2		текущий контроль
6	Составление меню в зависимости от характера похода и времени года, в зависимости от имеющихся продуктов. Понятие о герметичной упаковке.	2	2		текущий контроль
7	Правила безопасного поведения в пешем походе. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий.	2	2		текущий контроль
8	Первоначальное понятие о страховке. Самостраховка.	2	1	1	зачет - тестирование
9	Знакомство со страховочной системой, блокировкой, карабинами, репшнуром. Их применение. Знакомство с основной веревкой. Знакомство с узлами: восьмерка, прямой, встречный, штык. Их применение.	2	1	1	текущий контроль

10	Надевание страховочной системы. Вязка узлов. Тренировка работы с карабинами, жумарами.	2		2	текущий контроль
11	Знакомство с тактикой. Ее значение и задачи.	2	2		текущий контроль
12	Раздел 3 Тактико-техническая подготовка спортсмена – туриста. Задача, поставленная тренером, анализ и разбор ситуационных задач.	2		2	разбор ситуационных задач
13	Турполоса ее описание, методы преодоления.	2		2	текущий контроль
14	Переправа по бревну (в том числе и качающемуся).	2		2	текущий контроль
15	Переправа способом маятник и по перилам.	2		2	текущий контроль
16	Переправа по кочкам, гатям из жердей.	2		2	текущий контроль
17	Преодоление склонов: Побьем, спуск на схватывающем узле.	2		2	текущий контроль
18	Преодоление склонов: Побьем на жумаре, спуск на восьмерке.	2		2	текущий контроль
19	Переправа по параллельным веревкам.	2		2	текущий контроль
20	Переправа «бабочка».	2	1	1	текущий контроль
21	Навесная переправа.	2	1	1	текущий контроль
22	Преодоление турполосы.	2		2	зачет – практика (на время)
23	Раздел 4 Топография и ориентирование. Спортивная карта, ее масштаб, условные знаки. Виды карт. Карты, используемые в походах и на соревнованиях, их отличительные особенности.	4	2	2	текущий контроль
24	Игры и упражнения с использованием спортивных карт. Ориент-шоу – тренировки в спортивном зале.	2		2	текущий контроль
25	Строение компаса. Правила обращения с компасом. Определение сторон света.	2	1	1	текущий контроль
26	Игра на движение по компасу (на север, юг и т.д.). Диктант на понимание сторон света.	2	1	1	текущий контроль
27	Способы измерения расстояний по карте и на местности. Глазомер. Масштаб карты.	2	1	1	текущий контроль
28	Измерение расстояния на карте с помощью линейки. Упражнения по определению расстояния «на глаз». Работа с	2	1	1	текущий контроль

	масштабом.				
29	Виды ориентиров: точечный, линейный, звуковой, ориентир цель.	2	1	1	текущий контроль
30	Определение точки стояния. Движение по линейным ориентирам. Упражнения по отбору основных ориентиров на карте и на местности.	2	0	2	тестирование
31	Раздел 5 Краеведение. История села Кахун, его достопримечательности. Памятники, скульптуры и архитектура.	2	1	1	текущий контроль
32	Раздел 6 Основы гигиены. Первая доврачебная помощь. Личная гигиена при занятии туризмом, значение водных процедур. Гигиена одежды и обуви.	2	2		текущий контроль
33	Первая помощь при различных видах травм: ушибы, ссадины, порезы. Тепловой и солнечный удар, ожоги, обморожения. Пищевые отравления.	2	1	1	разбор ситуационных задач
34	Тестирование по медицине.	2	0	2	тестирование
35	Итоговое занятие	2	1	1	зачет
	всего	72 часа	32 часа	40 часов	

Содержание учебного плана.

Раздел 1: Общая подготовка - 4 часа.

Теория : 4

Практика: 0

1.1 Введение.

Знакомство с группой. Порядок тренировок. Расписание занятий. Форма одежды. Что такое спортивный туризм и кто такие туристы. Требования к форме одежды на занятиях спортивным туризмом. Спортивный туризм – вид спорта.

1.2 Инструктаж по технике безопасности.

Правила поведения на тренировках в помещении, на улице. Правила поведения на соревнованиях. Противопожарная безопасность. Знакомство с планом эвакуации. Правила движения на улицах города.

Раздел 2 : Основы туристской подготовки - 18 часов.

Теория : 14

Практика : 4

2.1. Подготовка к походу.

Что такое поход. Цели и задачи похода. Выбор маршрута. Обязанности в группе. Распределение обязанностей в группе.

Туристское снаряжение, используемое в походах выходного дня. Подбор снаряжения, продуктов и медикаментов для похода. Правила размещения предметов в рюкзаке. Понятие о личном и групповом снаряжении. Требование к одежде и обуви в зависимости от времени года и вида похода.

Составление меню в зависимости от характера похода и времени года, в зависимости от имеющихся продуктов. Понятие о герметичной упаковке.

Укладка рюкзака. Движение в походе. Костер. Виды костров. Принадлежности для

костра. Правила разведения костра. Меры безопасности.

Заготовка дров, выбор места для костровища, разведение костра. Приготовление чая на костре. Установка палатки.

2.3 Обеспечение безопасности и жизнедеятельности.

Правила безопасного поведения при переезде в транспорте, на воде, у костра. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий.

Практические занятия: Моделирование простейших аварийных ситуаций и решение ситуационных задач.

Раздел 3 : Тактико-техническая подготовка спортсмена - туриста - 22 часа.

Теория : 2

Практика: 20

3.1 Снаряжение спортсмена - туриста.

Первоначальное понятие о страховке. Самостраховка. Обеспечение безопасности на соревнованиях (контрольное время, ограничивающие ориентиры, выход к месту старта при потере ориентировки).

Знакомство со страховочной системой, блокировкой, карабинами, репшнуром. Их применение. Знакомство с основной веревкой. Знакомство с узлами: восьмерка, прямой, встречный, штык. Их применение.

Практические занятия: Надевание страховочной системы. Вязка узлов. Тренировка работы с карабинами.

3.2 Тактика преодоления дистанций по тур многоборью.

Задача, поставленная тренером на соревнованиях. Анализ и разбор соревнований.

Практические занятия.

Решение ситуационных задач

3.3 Техника преодоления препятствий.

Дистанции 1-го класса на соревнованиях по спортивному туризму. Препятствия, встречающиеся на соревнованиях, их описание, методы преодоления. Личные дистанции, связки и правила их преодоления.

Практические занятия: Переправы: по бревну (в том числе и качающемуся) способом маятник и по перилам, по кочкам, гатям из жердей, маятник, параллельные веревки, навесная переправа, «бабочка».

Преодоление склонов: Побьем, спуск спортивным способом. Техника свободного лазания.

Раздел 4 : Топография и ориентирование – 18 часов

Теория : 7

Практика : 11

4.1 Топографическая и спортивная карта.

Знакомство с картой. Спортивная карта, ее масштаб, условные знаки. Виды карт. Карты, используемые в походах и на соревнованиях, их отличительные особенности. Изображение рельефа на топографических и спортивных картах.

Практические занятия:

Словесное описание ориентиров, их изображение на карте. Игры и упражнения на запоминание условных знаков. Сопоставление карты с местностью. Ориентирование вдоль линейных ориентиров. Чтение объектов с линейных ориентиров. Игры и упражнения с использованием спортивных карт. Ориент-шоу – тренировки в спортивном зале.

4.2. Компас. Работа с компасом.

Знакомство с компасом. Стреление компаса. Правила обращения с компасом. Определение сторон света.

Практические занятия:

Игра на движение по компасу (на север, юг и т.д.). Диктант на понимание сторон света.

4.3. Измерение расстояний.

Способы измерения расстояний по карте и на местности. Счет шагов при движении шагом, бегом на местности различной проходимости. Глазомер. Масштаб карты.

Практические занятия:

Сопоставление расстояния на карте и на местности. Измерение расстояния на карте с помощью линейки. Измерение длины шага. Измерение различных отрезков на местности шагом. Упражнения по определению расстояния «на глаз». Работа с масштабом.

4.4. Способы ориентирования.

Виды ориентиров: точечный, линейный, звуковой, ориентир цель.

Практические занятия: Движение с картой на местности, движение по легенде.. Определение точки стояния. Движение по линейным ориентирам. Упражнения по отбору основных ориентиров на карте и на местности.

4.5. Соревнования по ориентированию.

Практические занятия:

Подготовка и участие в соревнованиях по ориентированию.

Раздел 5 : Краеведение – 2 часа.

Теория : 1

Практика : 1

5.1 История своего села.

Краткая история села Кахун. Основание и становление села, история и современность. Достопримечательности села Кахун . Памятники скульптуры и архитектуры.

5.2 Экскурсионная программа.

Практические занятия: Экскурсии . Краеведческое ориентирование.

Раздел 6 : Основы гигиены. Первая доврачебная помощь.

Техника безопасности – 8 часов.

Теория :4

Практика : 4

6.1 Личная гигиена туриста. Профилактика различных заболеваний.

Личная гигиена при занятии туризмом, значение водных процедур. Гигиена одежды и обуви.

6.2 Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.

Основные причины заболеваний и травм в походе, на тренировках. Первая помощь при различных видах травм: ушибы, ссадины, порезы. Тепловой и солнечный удар, ожоги, обморожения. Пищевые отравления. Оказание первой доврачебной помощи условно пострадавшему. Обработка ран, наложение повязки, при ушибах, ссадинах, порезах, ожогах, обморожениях.

Планируемые результаты:

Личностные (воспитательные):

- у обучающегося сформируется гуманное отношение к окружающей среде;
- программа будет содействовать гармоничному развитию обучающегося, совершенствование его духовных и физических потребностей;
- у ребенка будет формироваться самостоятельность и волевые качества;
- ребенок научится навыкам сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций в туристических походах, экскурсиях и т. д.
- у обучающегося сформируется умение работать в паре/группе, распределять обязанности в ходе тренировок ;

- ребенок научится навыкам сотрудничества со взрослыми и сверстниками, навыками по совместной работе в туристических походах.

Предметные (обучающие):

- у обучающегося сформируются знания, умения в области спортивного туризма, ориентирования, краеведения, а также необходимые туристско-краеведческие навыки;
- обучающийся научится приемам мониторинга окружающей среды;
- у обучающегося будет устойчивый интерес и потребность в познании окружающего мира и природе родного края.

Метапредметные (развивающие):

- у обучающегося сформируется умение и навык преодолевать естественные препятствия при помощи туристской техники;
- у обучающегося сформируется комплекс знаний, умений и навыков для выживания в условиях природной среды;
- обучающийся научится пользоваться краеведческой литературой;
- ребенок научится преодолевать естественные препятствия при помощи туристской техники;

Раздел 2 : Комплекс организационно - педагогических условий

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала учебного года	Дата окончания учебного года	Количество учебных недель	Количество учебных часов в год	Режим занятий
стартовый	01.09.	31.05.	36	72	учебное занятие

Условия реализации программы:

Основным содержанием организации деятельности работы кружка являются постепенное усложнение занятий от теоретических занятий по спортивному туризму к практическим.

Кадровое обеспечение:

Учебные занятия проводит педагог дополнительного образования, имеющий педагогическое образование и опыт работы с учащимися.

Материально-техническое обеспечение:

Практические работы проводятся на базе Центра образования цифрового и гуманитарного профилей «Точка роста» с применением материально-технической базы центра.

Методы работы:

Методы обучения

1. Познавательный (восприятие, осмысление и запоминание учащимися нового материала с привлечением наблюдения готовых примеров, изучения иллюстраций, восприятия, анализа и обобщения материалов);
2. Метод проектов (при усвоении и творческом применении навыков и умений в процессе разработки материалов);
3. Контрольный метод (при выявлении качества усвоения знаний, навыков и умений и их коррекция в процессе выполнения практических заданий);
4. Групповая работа (используется при разработке проектов);
5. Выбор методов обучения данной программы определяется с учетом возможностей учащихся, возрастных и психофизических особенностей детей, направления их образовательной деятельности.

Наглядные методы обучения условно можно подразделить на 2 большие группы:

- метод иллюстраций;
- метод демонстраций.

Практические методы обучения

Практические методы обучения основаны на практической деятельности учащихся. Этими методами формируют практические умения и навыки. К практическим методам относятся упражнения, практические работы.

При использовании практических методов формируются умения и навыки.

Интерактивные методы - наиболее эффективные методы, при которых учащиеся взаимодействуют не только с педагогом, но и друг с другом, объединяет разнообразные игровые приемы в форме конкурсов, деловых и ролевых игр, соревнований, исследований.

Педагогические технологии:

- Информационно – коммуникационная технология
 - Технология развивающего обучения
- Здоровьесберегающие технологии
- Игровые технологии
- Традиционные технологии (классно-урочная система)

Учебно - методическое информационное обеспечение программы:

Теоретические занятия проводятся в форме бесед, лекций.

Основная форма проведения практических занятий – тренировка на местности.

Все занятия строятся так, чтобы учащиеся проявляли больше самостоятельности, отрабатывали навыки технической подготовки, походного быта, краеведческой работы, умели работать как индивидуально, так и в группе. Туристская подготовка помогает воспитывать чувство коллективизма, ответственность за товарищей. Краеведческая работа расширяет кругозор ребят, воспитывает любовь к своему краю. Большое значение краеведение имеет в приобщении учащихся к работе по охране природы. Судейская подготовка приобщает учащихся к самостоятельности, к чувству ответственности.

Здоровьесберегающие технологии образовательного процесса.

Здоровьесберегающие технологии обучения реализуются на основе личностно-ориентированного подхода. Они предполагают активное участие самого ученика, обучающегося в освоении культуры человеческих отношений, в формировании опыта здоровьесбережения, в формировании умения учиться, которые приобретаются через постепенное расширение сферы общения и деятельности учащегося, развитие его саморегуляции и рефлексии (от внешнего контроля к внутреннему самоконтролю), формирования и укрепления самопонимания и понимания мира, активной, субъектной, жизненной позиции на основе воспитания и самовоспитания, формирования ответственности за свое здоровье, жизнь и здоровье других людей.

Формы аттестации / контроля:

Вид	Содержание	Форма	Критерии
Текущий (в течении года)	<i>Тактико-техническая подготовка</i>	Практическая проверка преодоления препятствий	«отлично» - оптимальное решение; «хорошо» - решение с допуском невыгодных вариантов. «удовлетворительно» - решение с ошибками

Текущий (в течении года)	<i>Топография и ориентирование</i>	Опрос, практическая работа.	«отлично»- 80-100% правильных ответов «хорошо» - 60-80% правильных ответов «удовлет.»- 40-60% правильных ответов
Текущий (в течении года)	<i>Контрольные старты и соревнования</i>	Соревнования	Закончить дистанцию.
Входящий (сентябрь)	<i>Основы туристской подготовки</i>	беседа, анкета, опрос.	
Итоговый (в течении года)		Игра «Готов ли ты в поход?»	«отлично» - 80-100% правильных ответов «хорошо» - 60-80% правильных ответов «удовлет.»- 40-60% правильных ответов
Итоговый (апрель – май)	<i>Краеведение</i>	Отчет по походу	Зачет путешествия

Оценочные материалы:

(Критерии оценок)

- ☐ участие в организации и проведении оздоровительных туристских лагерей в качестве помощников инструкторов, и др.;
- ☐ участие по возможности в организации и проведении слетов, соревнований, других массовых мероприятий в качестве организаторов и судей;
- ☐ участие в организации и проведении экскурсий, походов для учащихся и педагогов своей спортшколы, других учреждений;
- ☐ участие по возможности в краевых, региональных, общероссийских соревнованиях по туризму;
- ☐ выполнение КПН и по возможности нормативов на спортивные разряды;
- ☐ подготовка, сбор информации и участие в конференциях НОУ;
- ☐ участие в походах (1-2 кат. сл.) по разным видам туризма
- ☐ (пеший, велосипедный,) - по возможности, но не в обязательном порядке.

В начале каждого учебного года проводится тестирование на общефизическую подготовку учащихся по КПН, согласно возрасту.

Итоговая аттестация по результатам первого года обучения проводится в форме собеседования по теории и результатам походов, соревнований, мониторинга.

Список литературы для педагогов:

1. Маслов А.Г. Программы для системы дополнительного образования детей. «Юные инструкторы туризма». М. ФЦДЮТиК, 2002.
2. Маслов А.Г., Константинов Ю.С. Программы обучения детей жизненным навыкам в системе дополнительного образования. - М., 2001
3. Махов И.И. Программы для системы дополнительного образования детей. «Юные туристы – многоборцы». М. ФЦДЮТиК, 2007.
4. Правила организации туристских соревнований учащихся Р.Ф. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995
5. Регламент по виду спорта «спортивный туризм», ТССР, М.2009

6. «Русский турист». Нормативные акты по спортивно-оздоровительному туризму в России на 1998-2000 г.г. М.: 1998 г.
7. Руководство для судей и участников соревнований по пешеходному и лыжному туризму. "Русский турист". Информационный выпуск №1.
8. Штюмер Ю.А. Опасности в туризме мнимые и действительные. М.: Фи 1983г.
9. «Физическая тренировка в туризме». Методические рекомендации. ВЦСПС Москва 1989

Список литературы для обучающихся:

1. Константинов Ю.С. Программы для системы дополнительного образования детей. Юные судьи туристских соревнований. М.: ФЦДЮТиК, 2001.
2. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995г
3. Лукоянов П.И. Самодеятельное туристское снаряжение. Н. Новгород: Нижегородская ярмарка, 1997 г.
4. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности». - М., 2000

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.ifap.ru/events/1306.pdf>
2. http://www.labdopobr.ru/ploshadki/kazet/otchjoto_rezultatakh_npd_v_2012-2013_uch.god-voron.pdf
3. http://www.ecoculture.ru/ecolibrary/art_19.php
4. <http://www.kdobru.ru>
5. <http://government.ru/media/files/41d466ed943dd8f18dba>

**Муниципальное казенное учреждение
«Управление образования местной администрации
Урванского муниципального района КБР»
Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №2» с.п. Кахун
Урванского муниципального района
Кабардино – Балкарской Республики**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
на 2025– 2026 учебный год**

к дополнительной общеразвивающей программе

«Спортивный туризм»

Уровень программы: *базовый*

Адресат: *11 – 17 лет*

Год обучения: *1 год*

Автор: педагог дополнительного образования Карданова Тира Нургалиевна

с.п.Кахун , 2025 г.

Цель программы: обучение, воспитание, развитие и оздоровление детей в процессе занятий спортивным туризмом, формирование всесторонней гармонично развитой личности.

Программный материал объединен в целостную систему спортивной подготовки и предполагает решение **следующих основных задач:**

Задачи программы:

Личностные (воспитательные):

- формирование у обучающегося жизненной самостоятельности и волевых качеств;
- формирование у обучающегося гуманного отношения к окружающей среде;
- содействие гармоничному развитию обучающегося, совершенствование его духовных и физических потребностей;
- обучающийся будет развивать навыки сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- у обучающегося будет формироваться умение работать в паре/группе, распределять обязанности в ходе тренировок по спортивному туризму;
- обучающийся будет приобретать опыт в достижении стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта спортивный туризм;

Предметные (обучающие):

- у обучающегося будет формироваться знания, умения в области спортивного туризма, ориентирования, краеведения, а также необходимые туристско-краеведческие навыки;
- у обучающегося будет устойчивый интерес и потребность в познании окружающего мира и природе родного края.

Метапредметные(развивающие):

- обучающийся должен научиться приемам мониторинга окружающей среды;
- у обучающегося сформируется умение и навык преодолевать естественные препятствия при помощи туристской техники;
- у обучающегося сформируется комплекс знаний, умений и навыков для выживания в условиях природной среды;

Планируемые результаты:

Личностные (воспитательные):

- у обучающегося формируется гуманное отношение к окружающей среде;
- программа будет содействовать гармоничному развитию обучающегося, совершенствование его духовных и физических потребностей;
- у ребенка будет формироваться самостоятельность и волевые качества;
- ребенок научится навыкам сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций в туристических походах, экскурсиях и т. д.
- у обучающегося формируется умение работать в паре/группе, распределять обязанности в ходе тренировок ;
- ребенок научится навыкам сотрудничества со взрослыми и сверстниками, навыками по совместной работе в туристических походах.

Предметные (обучающие):

- у обучающегося формируются знания, умения в области спортивного туризма, ориентирования, краеведения, а также необходимые туристско-краеведческие навыки;
- обучающийся научится приемам мониторинга окружающей среды;
- у обучающегося будет устойчивый интерес и

потребность в познании окружающего мира и природе родного края.

Метапредметные (развивающие):

- у обучающегося формируется умение и навык преодолевать естественные препятствия при помощи туристской техники;
- у обучающегося формируется комплекс знаний, умений и навыков для выживания в условиях природной среды;
- обучающийся научится пользоваться краеведческой литературой;
- ребенок научится преодолевать естественные препятствия при помощи туристской техники;

Календарно-тематический план

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения	
			план	факт
1	Спортивный туризм – вид спорта.	2		
2	Порядок тренировок. Требования к форме одежды на занятиях спортивным туризмом. ТБ.	2		
3	Что такое поход. Цели и задачи похода.	2		
4	Маршрут похода. Обязанности в группе.	2		
5	Туристское снаряжение, используемое в походах, подбор продуктов и медикаментов для похода выходного дня. Правила размещения предметов в рюкзаке.	2		
6	Составление меню в зависимости от характера похода и времени года, в зависимости от имеющихся продуктов. Понятие о герметичной упаковке.	2		
7	Правила безопасного поведения в пешем походе. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий.	2		
8	Первоначальное понятие о страховке. Самостраховка.	2		
9	Знакомство со страховочной системой, блокировкой, карабинами, репшнуром. Их применение. Знакомство с основной веревкой. Знакомство с узлами: восьмерка, прямой, встречный, штык. Их применение.	2		
10	Надевание страховочной системы. Вязка узлов. Тренировка работы с карабинами, жумарами.	2		
11	Знакомство с тактикой. Ее значение и задачи.	2		
12	Задача, поставленная тренером, анализ и разбор ситуационных задач.	2		
13	Турполоса ее описание, методы преодоления.	2		
14	Переправа по бревну (в том числе и качающемуся).	2		
15	Переправа способом маятник и по перилам.	2		
16	Переправа по кочкам, гатям из жердей.	2		
17	Преодоление склонов: Побьем, спуск на схватывающем узле.	2		
18	Преодоление склонов: Побьем на жумаре, спуск на восьмерке.	2		
19	Переправа по параллельным веревкам.	2		
20	Переправа «бабочка».	2		
21	Навесная переправа.	2		

22	Преодоление турполосы.	2		
23	Спортивная карта, ее масштаб, условные знаки. Виды карт. Карты, используемые в походах и на соревнованиях, их отличительные особенности.	4		
24	Игры и упражнения с использованием спортивных карт. Ориент-шоу – тренировки в спортивном зале.	2		
25	Строение компаса. Правила обращения с компасом. Определение сторон света.	2		
26	Игра на движение по компасу (на север, юг и т.д.). Диктант на понимание сторон света.	2		
27	Способы измерения расстояний по карте и на местности. Глазомер. Масштаб карты.	2		
28	Измерение расстояния на карте с помощью линейки. Упражнения по определению расстояния «на глаз». Работа с масштабом.	2		
29	Виды ориентиров: точечный, линейный, звуковой, ориентир цель.	2		
30	Определение точки стояния. Движение по линейным ориентирам. Упражнения по отбору основных ориентиров на карте и на местности.	2		
31	История города Усинск, его достопримечательности. Памятники, скульптуры и архитектура.	2		
32	Личная гигиена при занятии туризмом, значение водных процедур. Гигиена одежды и обуви.	2		
33	Первая помощь при различных видах травм: ушибы, ссадины, порезы. Тепловой и солнечный удар, ожоги, обморожения. Пищевые отравления.	2		
34	Тестирование по медицине.	2		
35	Итоговое занятие	2		
36	Резерв. всего	72 часа		

**Муниципальное казенное учреждение
«Управление образования местной администрации
Урванского муниципального района КБР»**

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №2» с.п. Кахун
Урванского муниципального района
Кабардино – Балкарской Республики**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
на 20245– 2026 учебный год**

к дополнительной общеразвивающей программе

«Проектная мастерская»

Уровень программы: *базовый*

Адресат: *13 – 17 лет*

Год обучения: *1- ый год*

Автор: педагог дополнительного образования Карданова Тира Нургалиевна

с.п.Кахун , 2025 г.

ДООП «Спортивный туризм» имеет **туристско – краеведческую направленность**. Программа ориентирована на реализацию интересов детей в сфере туристической и краеведческой деятельности. Ее роль в привитии любви к родному краю, к Родине, в выборе профессии и подготовке к предстоящей трудовой деятельности. Обучающиеся имеют возрастную категорию детей от 13 до 17 лет.

Формы работы – групповые

Цель воспитательной работы: создание оптимальных условий для развития, саморазвития и самореализации личности учащегося – личности психически и физически здоровой, гуманной, духовной и свободной, социально – мобильной, востребованной в современном обществе.

Задачи:

1. Организация единого образовательного пространства, разумно сочетающего внешние и внутренние условия воспитания учащегося;
2. Формирование у подростка общей культуры личности. Правильного поведения в природе и обществе.
3. Воспитание в подростке волевых качеств: целеустремленности, настойчивости, упорства, самостоятельности.
4. Развивать самоуправление учащихся, предоставить им реальную возможность участия в деятельности творческих и общественных объединений различной направленности;
5. Содействовать формированию сознательного отношения обучающихся к своей жизни, здоровью, а также к жизни и здоровью окружающих людей;
6. Отвлечение подростков от негативного влияния улицы.

Сегодня воспитание рассматривается как управление процессом развития личности через создание благоприятных условий. Создание воспитательной системы в образовательном учреждении способствует гуманизации отношений в коллективе, формирует условия, позволяющие объединить детей и взрослых в рамках данного конкретного учреждения.

Формы работы: индивидуальные и групповые.

- размещение в группах папок-раскладушек с консультациями;
- выступления на родительских собраниях;
- открытые занятия;
- семинар-практикум;
- памятки;
- отчетные туристические соревнования

Планируемые результаты:

- У учащихся сформированы представления о базовых национальных ценностях российского общества, родного края;
- Развивается самоуправление учащихся, предоставляется им реальная возможность участия в деятельности творческих и общественных объединений различной направленности.
- Воспитывает в подростке волевые качества: целеустремленность, настойчивость, упорство, самостоятельность.
- Организация занятий в объединениях дополнительного образования направлена на развитие мотивации личности к познанию и творчеству;
- Повышено профессиональное мастерство педагогов дополнительного образования и мотивация к самообразованию, благодаря чему увеличилась эффективность воспитательной работы .
- Повышена педагогическая культура родителей, система работы способствует раскрытию творческого потенциала родителей, совершенствованию семейного воспитания на примерах традиций семьи, усилению роли семьи в воспитании детей.

- Ребенок становится носителем ценностей гражданского общества, осознающий свою сопричастность к судьбам Родины, уважающий ценности иных культур, конфессий и мировоззрений;
- В ребенке воспитывается сознательное отношение к труду, к природе своего края.
- Подросток будет отвлечен от негативного влияния улицы.

Календарно – тематический план

№	Направление воспитательной работы	Наименование мероприятия	Срок выполнения	ответственный	Планируемый результат
1	Гражданско - патриотическое	Участие в проведении праздничных мероприятий, приуроченных Дню Знаний, Дню государственности КБР.	сентябрь	Педагог доп. образования Карданова Т.Н.	Привлечение внимания обучающихся и их родителей к деятельности МКОУ СОШ №2 с.п. Кахун (к дополнительным общеразвивающим занятиям в том числе)
2	Патриотическое	Единый урок «Мы – Россияне!», посвященный Дню Конституции РФ	октябрь	Педагог доп. образования Карданова Т.Н.	Воспитание у обучающихся чувства патриотизма
3	Гражданско - патриотическое	Конкурс сочинений «Мы против терроризма!».	ноябрь	Педагог доп. образования Карданова Т.Н.	Воспитание у обучающихся чувства патриотизма
4	Духовно - нравственное	Участие в мероприятиях, посвященных Дню пожилого человека	декабрь	Педагог доп. образования Карданова Т.Н.	Воспитание у обучающихся чувства уважения, внимания, чуткости к пожилым людям.
5	Профориентация	Единый урок по теме «Мир профессий».	февраль	Педагог доп. образования Карданова Т.Н.	Воспитание трудолюбия, сознательного, творческого отношения к образованию, труду в жизни, подготовка к сознательному выбору профессии

6	Спортивно - оздоровительное	Спортивная эстафета «А-ну-ка-мальчики»	февраль	Педагог доп. Образования Карданова Т.Н.	Формирование культуры здоровья, безопасность жизнедеятельности
7	Трудовое	Акция «Мы за чистое село» (участие в субботнике)	март	Педагог доп. образования Карданова Т.Н.	Воспитание трудолюбия, приобщение детей к общественному труду.
8	Спортивно - оздоровительное	Спортивные соревнования «Мы- будущие защитники Отечества!»	Апрель	Педагог доп. образования Карданова Т.Н.	Воспитание у обучающихся чувства патриотизма, воспитывать уважение к героическому прошлому страны
9	художественное	Выставка творческих работ учащихся за 2024 – 2025 учебный год	май	Педагог доп. образования Карданова Т.Н.	гражданско-патриотическое воспитание, приобщение детей к культурному наследию

Работа с родителями:

- Организация системы индивидуальной и коллективной работы с родителями (тематические беседы, собрания, индивидуальные консультации)
- Содействие сплочению родительского коллектива , организация и проведение открытых занятий для родителей в течение года.