|  |
| --- |
| МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ  «ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»  г. ЕНИСЕЙСКА КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ  (МАОУ ДОД ЦДО) |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рекомендована решением  методического совета  МАОУ ДОД ЦДО  от 15.09.2016 г.  Протокол №2 | C:\Documents and Settings\1\Рабочий стол\Безымянный.JPG | УТВЕРЖДАЮ  Директор МАОУ ДОД ЦДО  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ М.С.Пожога  16.09.2016г. |

**Рабочая программа на 2016-2017 учебный год**

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

**«Енисейский турист»**

Форма реализации программы – очная

Год обучения – первый

Номер группы – 2

Возраст обучающихся: 14-17 лет

|  |  |
| --- | --- |
|  | Составитель:  Неверов Д.А.,  педагог дополнительного образования МАОУ ДОД ЦДО |

г. Енисейск

# Пояснительная записка

Направленность: туристско-краеведческа.

На первый учебный год запланированы следующие внеурочные мероприятия с обучающимися:

1. Общий сбор перед Новым Годом для поздравлений 29.12.2016г..
2. Прокатка на лыжах в День защитника отечества 23.02.2017г.
3. Туристический поход, приуроченный к Всемирному женскому дню 08.03.2017г.
4. Туристический поход 09.05.2017г.
5. Итоговый туристический поход в конце года обучения 01.06.2017г.

Основные цели

Основные цели, которых хотелось бы добиться при обучении детей по предлагаемой программе, я вижу в следующем:

- физическое и духовное развитие личности;

- воспитание в ребенке любви к окружающему миру и родной стране;

- формирование чувства патриотизма и гражданственности;

- уточнение, подтверждение полученных и приобретение новых знаний по предметам школьной программы, взаимосвязанных с туристско-спортивной и туристско-краеведческой деятельностью;

- выявление и развитие творческих интересов школьников через общение с природой и культурными памятниками родной страны;

- формирование личности, способной творчески адаптироваться к жизни, ее изменениям, в том числе агрессивным проявлениям, путем усвоения специально разработанной системы навыков и взглядов (системы выживания);

- овладение ребенком основными спортивно-техническими профессиональными навыками в данной области;

развитие способности к принятию творческих решений в нестандартных жизненных ситуациях на основе имеющегося багажа практического опыта, т.е. переход количества практического опыта и знаний в качество оригинальных решений;

- социальная адаптация детей и подростков из неблагополучных семей и детей с отклонениями в социализации;

- воспитание в школьниках основных человеческих качеств: взаимовыручки, дружбы, честности, бескорыстия, самостоятельности, отзывчивости.

Задачи, раскрывающие цели

Поставленных целей можно добиться, решая основные воспитательные, познавательные и оздоровительные задачи, а именно:

- пропаганда туристско-спортивной и туристско-краеведческой деятельности;

- пропаганда здорового образа жизни через занятие спортом;

- участие в туристских соревнованиях, проводимых округом, городом;

- формирование из числа старших и наиболее опытных учащихся инструкторского звена, помогающего в реализации данной программы;

- привлечение наиболее опытных выпускников к работе в должности педагога дополнительного образования;

- изучение культуры и природы России через туристские походы, посещение памятников истории и природы.

Критерии оценки результатов

Положительными результатами работы педагога по данной программе можно считать:

- сохранение контингента учащихся на всем протяжении обучения (состав группы изменился менее чем на 30%);

- постоянный рост спортивно-технического мастерства (от участия в степенных походах к участию в походах 3-4 категории сложности);

- рост уровня спортивных достижений команды (выступление на соревнованиях, слетах);

- привлечение старших воспитанников к судейству на окружных и городских соревнованиях;

- сохранение и повышение уровня успеваемости по предметам школьной программы;

- привлечение старших воспитанников к работе в должности педагога дополнительного образования для дальнейшей реализации данной программы.

Способы оценки результатов.

Для оценки качества знаний, умений и навыков учащихся следует проводить различного рода контрольно-проверочные мероприятия. Так, в конце каждого года обучения следует проводить зачет по теоретическому курсу с проверкой знаний по изученным дисциплинам.

По завершении изучения Базового курса учащиеся должны уметь самостоятельно разрабатывать маршруты походов по равнинной части до 1 категории сложности, составлять и рассчитывать продуктовую раскладку, перечень группового и личного снаряжения, рассчитывать вес рюкзака.

Уровень технического мастерства проверяется на соревнованиях, которые проводят местные и городские туристские органы.

Уровень спортивного мастерства может быть оценен в присвоении очередных спортивных разрядов и званий.

Ожидаемые результаты и способы их проверки

В результате освоения программы дополнительного образования: формируется гармоничная личность воспитанника, которая складывается из следующих компонентов: физическое и психическое здоровье, нравственное воспитание и социальная адаптированность.

Эффективность освоения программы оценивается следующими критериями:

1. физический критерий: снижается заболеваемость, увеличивается выносливость, уменьшаются или исчезают вредные привычки;
2. социальный критерий: увеличивается количество новых знакомых, развиваются коммуникативные навыки посредством постоянного общения в коллективе, возрастает степень сплоченности в коллективе;
3. психический критерий: уравновешенность, умение владеть собой, оптимизм, волевые качества личности;
4. нравственный критерий: бережное отношение к природе, общечеловеческие нравственные ценности.

Результатом изучения данного курса занятий будет подготовленный самими учащимися поход, который даст возможность каждому из них почувствовать себя настоящим туристом, получить заряд положительных эмоций от общения с природой, а романтика туризма никого не оставит равнодушным.

**Календарный учебно-тематический план**

по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

«**Турист**»

на 2016-2017 учебный год

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Дата проведения занятия | Тема занятия | Количество часов | | Место проведения | Форма занятия | Форма контроля |
| теория | практика |
| 1. | 06.09 | Вводное занятие. | 2 | - | Кабинет №10 | Лекция | - |
| 2. | 08.09 | Возможные опасности в походе. | 2 | - | Кабинет №10 | Лекция | - |
| 3. | 13.09 | Личная гигиена туриста. | 2 | - | Кабинет №10 | Лекция | - |
| 4. | 15.09 | Походная медицинская аптечка. | 1 | 1 | Кабинет №10 | Лекция, инструктаж по применению | - |
| 5. | 20.09 | Отравления. Ожоги. Отморожения. | 1 |  | Кабинет №10 | Лекция | - |
| 6. | 20.09, 22.09 | Порезы и раны. Нагноения. | 2 | - | Кабинет №10 | Лекция | - |
| 7. | 22.09, 27.09 | Ушибы. Растяжения. Вывихи. Переломы. | 2 | - | Кабинет №10 | Лекция | - |
| 8. | 27.09, 29.09 | . Потертости и мозоли. Опрелости. Требования к одежде и обуви. | 2 | - | Кабинет №10 | Лекция | - |
| 9. | 29.09 | Приёмы транспортировки пострадавшего. | - | 1 | Кабинет №10 | Интерактив | - |
| 10. | 04.10 | Зачет по пройденной теме. | - | 1 | Кабинет №10 | Самостоятельная работа | Самостоятельная работа |
| 11. | 04.10, 06.10, 11.10, 13.10 | Туристское снаряжение. | 2 | 4 | Кабинет №10, поход | Лекция | - |
| 12. | 13.10, 18.10, 20.10, 25.10 | Установка палаток. Размещение в них вещей. | 2 | 4 | Кабинет №10, поход | Лекция | - |
| 13. | 25.10, 27.10 | Костры, их типы. | 1 | 1 | Кабинет №10, поход | Лекция | - |
| 14. | 27.10, 01.11 | Костровое хозяйство. | 2 | - | Кабинет №10 | Лекция | - |
| 15. | 01.11, 03.11 | Ремонтный набор. | - | 2 | Кабинет №10, поход | Работа с инструментом | - |
| 16. | 03.11, 08.11, 10.11 | Бивуак. | 2 | 2 | Кабинет №10, поход | Лекция, просмотр обучающего видео | - |
| 17. | 10.11, 15.11, 17.11 | Питание в туристском походе. | 2 | 2 | Кабинет №10, поход | Лекция | - |
| 18. | 17.11 | Зачёт по пройденной теме. | - | 1 | Кабинет №10 | Самостоятельная работа | Самостоятельная работа |
| 19. | 22.11 | Карты и их классификация. | 2 | - | Кабинет №10 | Лекция | - |
| 20. | 24.11, 29.11, 01.12 | Условные знаки топокарт. | 2 | 3 | Кабинет №10, поход | Лекция, работа со справочным материалом | - |
| 21. | 01.12 | Отображение местности на карте. | 1 | - | Кабинет №10 | Лекция | - |
| 22. | 06.12 | Масштабы. Расстояния. | 1 | 1 | Кабинет №10, поход | Лекция, работа со справочным материалом | - |
| 23. | 08.12 | Чтение карты. | - | 1 | Кабинет №10 | Работа со справочным материалом | - |
| 24. | 08.12, 13.12 | Ориентирование по горизонту. Азимут. | 1 | 1 | Кабинет №10, поход | Лекция, работа со справочным материалом | - |
| 25. | 13.12, 15.12 | Компаса и правила работы с ними. | 1 | 1 | Кабинет №10, поход | Лекция, работа со справочным материалом | - |
| 26. | 15.12, 20.12 | Ориентирование на местности. | 1 | 1 | Кабинет №10, поход | Лекция, работа со справочным материалом | - |
| 27. | 20.12 | Определение расстояний на местности. | - | 1 | Поход | Работа с конспектами | - |
| 28. | 22.12 | Соревнованиях по с/о. | 1 | - | Кабинет №10 | Лекция | - |
| 29. | 22.12 | Зачет по пройденной теме. | 1 | - | Кабинет №10 | Лекция | - |
| 30. | 27.12 | Туристские должности в группе. | 1 | - | Кабинет №10 | Лекция | - |
| 31. | 27.12, 29.12, 12.01 | Движения группы на маршруте. | 2 | 2 | Кабинет №10, поход | Лекция, просмотр обучающего видео | - |
| 32. | 12.01, 17.01, 19.01, 24.01 | Преодоление естественных препятствий. | 2 | 4 | Кабинет №10, поход | Лекция, просмотр обучающего видео | - |
| 33. | 24.01 | ТБ при проведении походов. | 1 | - | Кабинет №10 | Лекция | - |
| 34. | 26.01, 31.01, 02.02, 07.02, 09.02, 14.02 | Организация туристского похода. | 2 | 10 | Поход | Лекция, просмотр обучающего видео | - |
| 35. | 16.02, 21.02, 28.02, 02.03, 07.03, 09.03 | Узлы, применяемые в туризме. | 2 | 10 | Кабинет №10, поход | Лекция, просмотр обучающего видео | - |
| 36. | 14.03 | Подведение итогов похода. | - | 1 | Поход | Обсуждение ошибок | - |
| 37. | 14.03 | Природоохранная деятельность туриста. | 1 | - | Кабинет №10 | Лекция | - |
| 38. | 16.03 | Зачет по пройденной теме. | - | 1 | Кабинет №10 | Самостоятельная работа | Самостоятельная работа |
| 39. | 16.03, 21.03, 23.03, 28.03, 30.03, 04.04, 06.04, 11.04, 13.04, 18.04, 20.04 | Общая физическая подготовка. | - | 21 | Спортзал, поход | Тренировочное занятие | - |
| 40. | 25.04, 27.04, 02.05, 04.05 | Эстафеты, игры. | - | 8 | Спортзал, поход | Тренировочное занятие | - |
| 41. | 11.05, 16.05, 18.05, 23.05, 25.05, 30.05 | ОРУ. | - | 12 | Спортзал, поход | Тренировочное занятие | - |

Методическое и материально – техническое обеспечение образовательной программы

Методические материалы к программе

Нормативная база:

1. Правила соревнований по спортивному туризму

2. Регламент проведения соревнований по группе дисциплин «дистанция пешеходная», Москва, 2009

3. Регламент проведения соревнований по группе дисциплин «дистанция комбинированная», Москва, 2009

4. Нормы, требования и условия выполнения разрядов по спортивному туризму на 2010-2013 г.г.

5. Положение о спортивных судьях, 27 ноября 2008 г.

6. Квалификационные требования к спортивным судьям по виду спорта "спортивный туризм" от "25" июля 2011г.

7. Правила соревнований по спортивному ориентированию

8. Нормы, требования и условия выполнения разрядов по спортивному ориентированию

Методические рекомендации

1. Рекомендации по подготовке и проведению соревнований, полигонов, сборов по спортивному туризму и спортивному ориентированию;

2. Рекомендации по организации и проведению походов;

3. Рекомендации по организации досугово - оздоровительных смен в детском лагере;

4. Программы летних оздоровительных смен;

5. Рекомендации по организации и проведению экскурсий;

6. Сопроводительная информация к экскурсиям;

Информационная база

1. Положение, условия мероприятий, техническая информация;

2. Отчеты о проведении аналогичных мероприятий.

Дидактические материалы к программе

1. Таблицы и стенды по различным тематикам: личное, групповое, специальное снаряжение; узлы; питание в походе; организация бивака; условные знаки; стороны горизонта; компас; оказание доврачебной помощи; закаливание и т.д.

2. Тесты-опросники тематикам программы: походная подготовка, специальная подготовка по спортивному туризму, скалолазание, гигиена, первая доврачебная помощь, краеведение; итоговое тестовое задание.

3. Презентации по различным тематикам, в т.ч. заочная экскурсия.

4. Фото и видеоматериалы специализированных съемок, съемок соревнований.

5. Карты парков, скверов города, близ лежащих лесных массивов, схемы этажей школ, пришкольных участков и микрорайонов школ, схемы различных вариантов лабиринтов, топографические карты области и т.п.

Материально-техническое оснащение

Основу материально - технической базы составляют: учебный класс, спортивные залы, пришкольные участки. Есть специально оборудованные помещения в здании МАОУ ДОД ЦДО: учебный класс, оборудованный стендами, отображающими тематику программы; спортзал, оборудованный для возможного наведения технических этапов; скалодром на базе спортивного комплекса г. Енисейска.

Инвентарь и снаряжение индивидуального и группового характера для организации и проведения походов, соревнований, фестивалей, сборов и т.п. мероприятий. (таблицы 1,2).

Необходимы также канцелярские принадлежности и грамоты.

Важным моментом является наличие спортивного инвентаря: мячи, лыж, санки, велосипеды и т.д.

Средства для преодоления маршрутов: байдарки, катамараны, лодки, сплавное снаряжение (весла, спасжилеты, каски).

Перечень обеспеченности наглядными пособиями, дидактическими играми и раздаточными материалами

1. Карематы.

2. Палатки.

3. Спальные мешки.

4. Карабины.

5. Верёвка для спуска.

6. Вёрёвка страховочная.

7. Канат.

8. Обвязки для детей.

9. Маты.

10.Спортивный инвентарь для силовых занятий.

11. Компас.

12. Костровые принадлежности.