

**Муниципальное казенное учреждение «Отдел образования администрации Александровского района Оренбургской области»**

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
Александровского района Оренбургской области  
«Центр развития»

**Принята на заседании**  
методического совета  
МАУДО «Центр развития»  
от 12.03.2023 г.  
протокол № 1

**«Утверждаю»**

Директор МАУДО «Центр развития»  
\_\_\_\_\_Гринько Н.И.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
туристско-краеведческой направленности  
«Школа безопасности»**

Возраст учащихся: 10-16 лет

Срок реализации: 1 год

Количество часов: 108

Автор-составитель:  
Журмухамбетов Нургалей Евгеньевич,  
педагог дополнительного образования

## Содержание:

<b>I.</b>	<b>КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ</b>	Стр.
<b>1.</b>	<b>ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА</b>	3-6
	1.1. Направленность программы	4
	1.2. Уровень освоения программы	4
	1.3. Актуальность программы	5
	1.4. Отличительные особенности программы	5
	1.5. Адресат программы	5-6
	1.6. Объем и сроки освоения программы	6
	1.7. Формы организации образовательного процесса	6
	1.8. Режим занятий	6
<b>2.</b>	<b>ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ</b>	6-7
<b>3.</b>	<b>СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ</b>	7-9
	3.1. Учебный план	7
	3.2. Содержание учебного плана	7-9
<b>4.</b>	<b>ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ</b>	9-10
<b>II.</b>	<b>КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ</b>	11-35
<b>1.</b>	<b>КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК</b>	11-14
<b>2.</b>	<b>УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ</b>	15-17
<b>2.1</b>	<b>ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ КОМПОНЕНТА ПРОГРАММЫ</b>	17-18
<b>3.</b>	<b>ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ</b>	19
<b>4.</b>	<b>ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ</b>	19
<b>5.</b>	<b>МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ</b>	19-22
<b>6.</b>	<b>СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ</b>	22-23
<b>7</b>	<b>ПРИЛОЖЕНИЕ</b>	24-35
	<b>ПРИЛОЖЕНИЕ 1. Экспресс-методика по изучению ведущих мотивов занятий детей избранным видом деятельности (А.Д. Насибуллина) (Приложение № 1)</b>	24
	<b>ПРИЛОЖЕНИЕ 2. Методика «Умеете ли Вы принимать решение?» (авторы Л.А. Александрова, С.Г. Морозова)</b>	24-25
	<b>ПРИЛОЖЕНИЕ 3. Методика «Выбор».</b>	25-26
	<b>ПРИЛОЖЕНИЕ 4. Методика «Карта самооценки и оценки педагогом компетентности воспитанника» (авторы Н.В.Родионова, М.Р. Канунова, И.О. Сеничева, Е.Л. Янушева)</b>	27-28
	<b>ПРИЛОЖЕНИЕ 5. Методика «Умеете ли Вы планировать свою деятельность?» (авторы Р.Л. Оксфорд, И.Г. Юдина)</b>	28-29
	<b>ПРИЛОЖЕНИЕ 6. Методика «Умеете ли Вы проектировать свою деятельность?» (автор С.Г. Щербакова)</b>	29-30
	<b>ПРИЛОЖЕНИЕ 7. Тестирование туристской подготовленности</b>	30-35

# 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

## 1.1. Пояснительная записка

### **Нормативно-правовое обеспечение программы:**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности» разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

– Федеральным Законом «Об образовании в Российской Федерации» (273-ФЗ от 29 декабря 2012 г.;

– Национальным проектом «Образование» (утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам от 03.09.2018 г. протокол № 10);

– Федеральным проектом «Успех каждого ребенка» Национального проекта «Образование» (утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам от 03.09.2018 г. протокол № 10).

– Федеральным проектом «Патриотическое воспитание» Национального проекта «Образование» (утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам от 03.09.2018 г. протокол № 10)

– Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р);

– Стратегией развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);

– Приказом Министерства просвещения РФ «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (от 03.09.2019 г. № 467);

– Приказом Министерства просвещения РФ «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (от 27.07.2022 г. № 629);

– Постановлением Правительства Оренбургской области «О реализации мероприятий по внедрению целевой модели развития системы дополнительного образования детей Оренбургской области» (от 04.07.2019 г. № 485 - пп);

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

– Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и

(или) безвредности для человека факторов среды обитания» (от 28.01.2021 г. № 2) (разд. VI. «Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);

– Письмом Министерства просвещения России от 31.01.2022 г. № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);

– Рабочей концепции одаренности. Министерство образования РФ, Федеральная целевая программа «Одаренные дети», 2003 г.;

– Уставом муниципального автономного учреждения дополнительного образования Александровского района Оренбургской области «Центр развития» (утвержден Постановлением администрации Александровского района от 01.02.2022 № 83-п).

Характеристика проектов в соответствии с направлением деятельности:

– Федеральный проект «Успех каждого ребенка» направлен на создание и работу системы выявления, поддержки и развития способностей и талантов детей и молодежи. В рамках проекта ведется работа по обеспечению равного доступа детей к актуальным и востребованным программам дополнительного образования, выявлению талантов каждого ребенка;

– Федеральный проект «Патриотическое воспитание» направлен на обеспечение функционирования системы патриотического воспитания граждан Российской Федерации. В рамках проекта ведется работа по развитию воспитательной работы в образовательных организациях общего и профессионального образования, проведению мероприятий патриотической направленности.

### **1.1. Направленность программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности» имеет **туристско-краеведческую направленность**, ориентирована на развитие и совершенствование знаний по туристско-спортивной и краеведческой деятельности учащихся, удовлетворение их индивидуальных потребностей в нравственном и физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья за рамками основного образования.

**1.2. Уровень освоения программы.** Программа предполагает освоение материала на **стартовом уровне**. Стартовый уровень предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы. На данном уровне учащийся осваивает основы туристско-краеведческой деятельности. Реализация программы на стартовом уровне направлена на формирование и развитие общей культуры, удовлетворение потребностей в интеллектуальном, нравственном совершенствовании, мотивации личности к познанию, труду.

### 1.3. Актуальность программы

В настоящее время обществом ставится задача не только обучения детей основам жизнедеятельности, но и более широкая – формирование у них культуры безопасности. Современная цивилизация изнежила человека мягкой мебелью и автомобилем, отучила жить среди дикой природы. В самом деле, не каждый человек умеет найти в пустынной местности воду, добыть без спичек огонь, выбраться из трясины, оказать первую доврачебную медицинскую помощь, ориентироваться и точно двигаться в нужном направлении, преодолевать крутые склоны гор и обрывы, подавать сигналы бедствия и вообще знать, как поступить, чтобы выжить, если в результате какой-либо непредвиденной ситуации или несчастного случая человек оказался один на один с природой в безлюдной местности или на море. Педагогический опыт показывает, что занятия по обучению безопасности в различных ситуациях нужны, детям интересны, имеется социальный заказ со стороны родителей, детей и подростков.

### 1.4 Отличительные особенности программы:

При разработке программы были изучены различные программы:

- «Школа безопасности», автор Гофман Е.Н., педагог г. Алейска, 2021 год;

- «Школа безопасности и юный спасатель», автор Буданцев Д.В., педагог ГАУ ДПО ИРО ОО г. Оренбурга, 2023 год.

Отличительными особенностями программы является то, что организация практической деятельности учащихся происходит преимущественно на местности, в непосредственном контакте с природной средой во время занятий и соревнований. Программа ориентирована на интерес и пожелания учащихся, учитывает их возрастные потребности, помогает реализовать возможности, стимулирует социальную и гражданскую активность, что даёт способ отвлечения детей от негативного воздействия и позволяет мотивировать их на развитие необходимых навыков.

### 1.5 Адресат программы:

Программа предназначена для обучения детей и подростков в возрасте 10-16 лет. Разновозрастная группа детей.

### Характеристика по Эльконину Д.Б.

Младший школьный возраст 7-11 лет. Это фаза операционно-технической деятельности, в основном деятельности **учебной**. Ребенок учится читать, писать. В процессе учения формируются интеллектуальные и познавательные способности, развивается система отношений ребенка с окружающими - его собственная практика взаимоотношений с другими людьми. Но приходит время, и он хочет подражать поведению взрослых; хочет равноправного отношения к себе. Наступает следующая эпоха

Младший подростковый возраст (11-14 лет). Появляется новая деятельность - деятельность интимно-личностного, эмоционального общения со сверстниками, возникает объединение с равными себе по возрасту детьми, появляются лидеры. Возникает "чувство взрослости" - особая форма новообразования сознания, через которое под росток сравнивает себя с

другими, находит образцы для подражания, перестраивает свою деятельность и отношения. Здесь важно, чтобы круги общения ребенка не выходили из-под контроля взрослых - "трудный возраст", "переломный возраст"

**Старший школьный возраст (15-17 лет).** Ведущая деятельность— учебно-профессиональная, в процессе которой формируются такие новообразования, как мировоззрение, профессиональные интересы, самосознание, мечты и идеалы.

#### **1.6. Объем и сроки освоения программы:**

**Объем - 108 часов**

**Срок освоения программы: 1 год**

#### **1.7. Формы организации образовательного процесса.**

**Форма обучения:** очная

**Режим занятий:** 2 раза в неделю: один день 2 часа с 10 минутным перерывом, один день – 1 час. Продолжительность одного академического часа – 45 минут

**Форма обучения:** очная

#### **Особенности организации образовательного процесса:**

При реализации программы используются в основном групповая форма организации образовательного процесса и работа по подгруппам, в отдельных случаях – индивидуальная в рамках группы. Занятия по программе проводятся в соответствии с учебным планом в разновозрастной группе учащихся, являющихся основным составом объединения. Состав группы является постоянным.

## **2. Цель и задачи программы**

**Цель программы:** развитие творческого потенциала, самореализации, социальной адаптации, укрепление здоровья и подготовка юных спасателей средствами туризма

**Задачи программы:**

#### **Образовательные:**

- обучить приемам самостоятельной работы с книгой, картами и туристским снаряжением;
- подготовить учащихся к экстремальным ситуациям пребывания в естественных природных условиях и к чрезвычайным событиям техногенного и криминогенного характера;
- расширить географию путешествий учащихся нашего края;
- расширить и углубить знания учащихся, дополняющих школьную программу по географии, литературе, ОБЖ, физической подготовке;
- повысить техническую и тактическую подготовку к соревнованиям «Школа безопасности».

#### **Развивающие:**

- развивать личные качества, связанные с умственными, познавательными и творческими способностями;
- развивать логическое мышление, речь, воображение, общение; развитие способностей к самообразованию;

- развивать интерес к спортивным туристским походам.

**Воспитательные:**

- воспитывать чувства патриотизма, уважения, любви к своей культуре и истории;
- воспитывать эстетическую аккуратность, опрятность, культуру поведения, умение ценить красоту;
- формировать правильное отношение к здоровому образу жизни.

### 3. Содержание программы

#### 3.1. Учебный план

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	3	1	2	беседа, анкетирование
2.	Раздел 1. Основы туристской подготовки	9	3	6	входная диагностика, тестирование, практическая работа
3.	Раздел 2. История туризма и путешествий.	18	6	12	беседа, маршрутные листы, самостоятельная работа, анкетирование, зачет
4.	Раздел 3. Структура туризма.	27	9	18	соревнование, маршрутные листы, практическая работа, упражнения
5.	Раздел 4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь	18	6	12	промежуточная диагностика, зачет, беседа, самостоятельная работа
6.	Раздел 5. Общая и специальная физическая подготовка	42	4	38	соревнование, зачет, практическая работа, упражнения
	<b>ИТОГО ЗА ПЕРИОД ОБУЧЕНИЯ</b>	<b>108</b>	<b>26</b>	<b>82</b>	

#### 3.2 Содержание учебного плана

**Вводное занятие.** Комплектование группы.

**Теория:** Знакомство с коллективом. Обоснование предлагаемой программы. Обсуждение плана работы на год. Что такое туризм?

**Практика:** Заполнение анкеты

**Оборудование:** Проектор, презентация

**Раздел 1. Основы туристской подготовки.**

**Теория:** Чем полезны и интересны походы и экскурсии. Ознакомление под роспись с ТБ на занятиях. Медицинский контроль. Инструкции ТБ.

**Практика:** Ознакомление с туристическими маршрутами России

Оборудование: ПУ, проектор, журнал по ТБ.

## **Раздел 2. История туризма и путешествий.**

**Теория:** Туризм в Оренбургской области. Туристские путешествия, история развития туризма в Оренбургской области. Туристические маршруты Оренбургской области. Первые путешественники. Исторические цели путешествий: торговля, военные походы и религия. Русские экспедиции и путешественники: Ф. Беллинсгаузен, М. Лазарев, В. Юнкер, Н. Миклухо-Маклай. Эпоха великих географических открытий. Васко да Гама, Ф. Магеллан, Х. Колумб, Д. Кук, С. Дежнёв, В. Беринг, А. Никитин, казачий атаман Ермак, Ф. Беллинсгаузен, Н. Пржевальский, К. М. Миклухо-Маклай и многие другие. Путешественники и исследователи XX-го века. Р. Амундсен, Ф. Нансен, Р. Скотт, Т. Хейердал, К. Маннергейм, Р. Месснер, Ж. Кусто, И. Ефремов, Е. Абалаков, С. Обручев, В. Добкович, Д. Шпаро, В. Сундаков, Ф. Конюхов и другие. Физическая карта мира. Детский туризм в России. Передовые педагоги XIX века: А. Я. Герд, К. Д. Ушинский, декабрист И. Я. Якушкин. Развитие краеведения. Роль А. С. Макаренко в развитии детского туризма. Развитие краеведения. Роль А. С. Макаренко в развитии детского туризма.

**Практика:** Маршруты путешествий и экспедиций. Реферат. Тестирование. Поход по району.

Оборудование: ПК, проектор, физическая карта

## **Раздел 3. Структура туризма**

**Теория.** Активный и пассивный способы передвижения. Плановый и самодеятельный туризм. Основные способы передвижения: пешеходный, водный, лыжный, горный. Специальные виды: велосипедный, автотуризм, спелеотуризм, водный на плотках, резиновых лодках, байдарках, путешествия автостопом, на лошадях, собаках, оленях и верблюдах, зимний на мотонартах. Промежуточные виды: горнопеший, горнолыжный, пешеводный, с пешеодно-горной заброской. Технология и структура функционирования туризма в России. Мероприятия спортивно-оздоровительного туризма. ПВД, многодневные путешествия, учебно-тренировочные сборы и туристские экспедиции. Деление по территориальному признаку на местные и дальние. Подбор участников похода: один класс, школа, одинаковый возраст, физическая подготовка, общие интересы. Особенности отношений в туристских группах. Надёжность отношений. Ты в коллективе. Психологические советы всем участникам похода: целевая установка, стиль общения, не конфликтуйте, искренние похвалы, прощайте и не укоряйте! Не навязывайте своё мнение, «одёргивать» не надо, уступайте. Совместное дело и индивидуальный подход. Требование обеспечения безопасности. Психологическая подготовка, усталость и давление. Общение с местными жителями. Периоды психологического расслабления и разрядки. Никаких тактических и технических секретов в походе. Развитие в себе психологические качества, комплекс спасателя.

Настраивайтесь на походную работу. Распределение обязанностей в группе: руководитель группы, заместитель руководителя (командир), медработник (санитар), завхоз по снаряжению. Распределение обязанностей в группе: завхоз по питанию, ремонтный мастер, топограф, казначей, дежурный, ответственный за дневник, кинооператор, фотограф, художник.

**Практика:** Практикум, походы выходного дня, многодневные путешествия, учебно-тренировочные сборы и туристские экспедиции

**Оборудование:** ПК, снаряжение туристов

#### **Раздел 4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь**

**Теория.** Личная гигиена туриста, профилактика заболеваний. Основы гигиены. Походная медицинская аптечка. Комплектация медицинской аптечки. Первая доврачебная помощь. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.

**Практика:** Практикум, отработка навыков первой помощи.

**Оборудование:** ПК, аптечка

#### **Раздел 5. Общая и специальная физическая подготовка**

**Теория.** Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений. Функции организма человека и влияние физических упражнений. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках. Общая физическая подготовка. Значение регулярной общей физической подготовки в укреплении здоровья и подготовке к походам. Спортивные снаряды и тренажеры. Специальная физическая подготовка. Значение специальной физической подготовки в развитии различных групп мышц.

**Практика:** Практикум. Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%. Упражнение на развитие выносливости, быстроты, развитие силы и гибкости.

**Оборудование:** ПК, спортивные снаряды и тренажер.

### **4. Планируемые результаты освоения программы**

#### **Предметные образовательные результаты:**

- знают приемы самостоятельной работы с книгой, картами и туристским снаряжением;
- имеют навык поведения в экстремальных ситуациях пребывания в естественных природных условиях и в чрезвычайных событиях техногенного и криминогенного характера;
- знают географию путешествий учащихся нашего края через углубленные знания по географии, литературе, ОБЖ, физической подготовке;
- имеют техническую и тактическую подготовку к соревнованиям «Школа безопасности».

#### **Метапредметные результаты:**

- развиты личные качества, связанные с умственными, познавательными и творческими способностями;

- развиты логическое мышление, речь, воображение, общение; развиты способности к самообразованию;
- развит интерес к спортивным туристским походам.

**Личностные результаты:**

- сформированы чувства патриотизма, уважения, любви к своей культуре и истории;
- сформированы эстетическая аккуратность, опрятность, культура поведения, умение ценить красоту;
- сформировано правильное отношение к здоровому образу жизни.

## 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1. Календарный учебный график

№ п/п	Дата и время	Форма занятия	Кол-во часов	Название раздела, тема	Место проведения	Форма контроля
1-3	согласно расписанию	групповое занятие	3	<b>Вводное занятие</b>	учебный кабинет, спортзал	беседа, анкетирование
<b>Раздел 1. Основы туристской подготовки (9 часов)</b>						
4-6	согласно расписанию	групповое занятие	2	Чем полезны и интересны походы и экскурсии	учебный кабинет, спортзал	входная диагностика
7-9	согласно расписанию	групповое занятие	1	Ознакомление под роспись с ТБ на занятиях. Медицинский контроль.	учебный кабинет, спортзал	тестирование
10-12	согласно расписанию	групповое занятие	2	Туристические маршруты России	учебный кабинет, спортзал	практическая работа
<b>Раздел 2. История туризма и путешествий (18 часов)</b>						
13-15	согласно расписанию	групповое занятие	3	История туризма и путешествий	учебный кабинет, спортзал	беседа
16-17	согласно расписанию	групповое занятие	2	Ознакомление с туристическими маршрутами Оренбургской области	учебный кабинет, спортзал	анкетирование
18-19	согласно расписанию	групповое занятие	2	Первые путешественники. Исторические цели путешествий: торговля, военные походы и религия.	учебный кабинет, спортзал	беседа
20-21	согласно расписанию	групповое занятие	2	Русские экспедиции и путешественники: Ф.Беллинсгаузен, М.Лазарев, В.Юнкер, Н.Миклухо-Маклай	учебный кабинет, спортзал	самостоятельная работа
22	согласно расписанию	групповое занятие	1	Эпоха великих географических открытий	учебный кабинет, спортзал	зачет
23-24	согласно расписанию	групповое занятие	2	Васко да Гама, Ф. Магеллан, Х. Колумб, Д. Кук, С. Дежнёв, В. Беринг, А.	учебный кабинет, спортзал	беседа

				Никитин, казачий атаман Ермак, Ф.Беллинсгаузен, Н. Пржевальский, К.М. Миклухо-Маклай и многие другие.		
25	согласно расписанию	групповое занятие	1	Путешественники и исследователи XX-го века:	учебный кабинет, спортзал	маршрутные листы
26-27	согласно расписанию	групповое занятие	2	Р.Амундсен, Ф.Нансен, Р. Скотт, Т.Хейердал, К.Маннергейм, Р.Месснер, Ж.Кусто, И.Ефремов, Е. Абалаков, С.Обручев, В.Добкович, Д.Шпаро, В.Сундаков, Ф.Конюхов и другие	учебный кабинет, спортзал	самостоятельная работа
28-30	согласно расписанию	групповое занятие	3	Детский туризм в России. Передовые педагоги XIX века: А.Я. Герд, К.Д. Ушинский, декабрист И.Я. Якушкин. Развитие краеведения. Роль А.С. Макаренко в развитии детского туризма.	учебный кабинет, спортзал	зачет
<b>Раздел 3. Структура туризма (27 часов)</b>						
31-33	согласно расписанию	групповое занятие	3	Активный и пассивный способы передвижения. Плановый и самостоятельный туризм. Специальные виды: велосипедный, автотуризм, спелеотуризм, водный на плотках, резиновых лодках, байдарках, путешествия автостопом, на лошадях, собаках, оленях и верблюдах, зимний на мотонартах.	учебный кабинет, спортзал	упражнения
34-36	согласно расписанию	групповое занятие	3	Основные способы передвижения: пешеходный, водный, лыжный, горный	учебный кабинет, спортзал	практическая работа
37-39	согласно расписанию	групповое занятие	3	Промежуточные виды: горнопеший, горнолыжный, пешеводный, с пешеходно-горной заброской.	учебный кабинет, спортзал	зачет
40-42	согласно расписанию	групповое занятие	3	Технология и структура функционирования туризма в России. Мероприятия спортивно-оздоровительного туризма	учебный кабинет, спортзал	самостоятельная работа

43-45	согласно расписанию	групповое занятие	3	ПВД, многодневные путешествия, учебно-тренировочных сборы и туристские экспедиции.	учебный кабинет, спортзал	маршрутные листы
46-48	согласно расписанию	групповое занятие	3	Периоды психологического расслабления и разрядки. Никаких тактических и технических секретов в походе.	учебный кабинет, спортзал	упражнения
49-51	согласно расписанию	групповое занятие	3	Обязанности в группе. Распределение обязанностей в группе: руководитель группы, заместитель руководителя (командир), медработник (санитар), завхоз по снаряжению	учебный кабинет, спортзал	практическая работа
52-54	согласно расписанию	групповое занятие	3	Обязанности в группе. Распределение обязанностей в группе: завхоз по питанию, ремонтный мастер, топограф, казначей, дежурный, ответственный за дневник, кинооператор, фотограф, художник.	учебный кабинет, спортзал	соревнование
<b>Раздел 4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь (18 часов)</b>						
58-60	согласно расписанию	групповое занятие	3	Личная гигиена туриста, профилактика заболеваний.	учебный кабинет, спортзал	беседа
61-63	согласно расписанию	групповое занятие	3	Гигиенические требования при занятиях туризмом.	учебный кабинет, спортзал	самостоятельная работа
64-66	согласно расписанию	групповое занятие	3	Сущность закаливания и систематических занятий спортом.	учебный кабинет, спортзал	упражнения
67-69	согласно расписанию	групповое занятие	3	Походная медицинская аптечка.	учебный кабинет, спортзал	практическая работа
70-72	согласно расписанию	групповое занятие	3	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.	учебный кабинет, спортзал	упражнения
73-75	согласно расписанию	групповое занятие	3	Оказание первой доврачебной помощи. Наложение повязок.	учебный кабинет, спортзал	зачет
<b>Раздел 5. Общая и специальная физическая подготовка (33 часов)</b>						

76-78	согласно расписанию	групповое занятие	3	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений.	учебный кабинет, спортзал	практическая работа
79-81	согласно расписанию	групповое занятие	3	Простейшие приемы контроля физического состояния	учебный кабинет, спортзал	тестирование
82-84	согласно расписанию	групповое занятие	3	Осуществление самоконтроля и ведение дневника самоконтроля	учебный кабинет, спортзал	практическая работа
85-87	согласно расписанию	групповое занятие	3	Общая физическая подготовка. Значение регулярной общей физической подготовки в укреплении здоровья и подготовке к походам	учебный кабинет, спортзал	упражнения
88-90	согласно расписанию	групповое занятие	3	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%	учебный кабинет, спортзал	зачет
91-93	согласно расписанию	групповое занятие	3	Специальная физическая подготовка. Значение специальной физической подготовки в развитии различных групп мышц.	учебный кабинет, спортзал	практическая работа
94-99	согласно расписанию	групповое занятие	6	Упражнение на развитие выносливости, быстроты, развитие силы и гибкости.	учебный кабинет, спортзал	упражнения
100-108	согласно расписанию	групповое занятие	9	Зачетный поход		соревнование

## 2.2. Условия реализации программы

Для эффективной реализации настоящей программы необходимы определённые условия:

наличие помещения для учебных занятий, рассчитанного на 20 детей и отвечающего правилам СанПин;

наличие ученических столов и стульев, соответствующих возрастным особенностям учащихся;

шкафы стеллажи для оборудования;

наличие необходимого оборудования согласно списку;

наличие учебно-методической базы: научная и справочная литература, наглядный материал, раздаточный материал, методическая литература.

### Материально-техническое обеспечение программы:

№	Наименование	Кол-во	Область применения
1	Палатка туристская (2-4-х местная)	4-5 шт.	Туристический поход
2	Тент для оборудования бивака	1-2 шт.	Туристический поход
3	Набор походных котлов и др. костровой посуды	1 компл.	Туристический поход
4	Топор походный	2-3 шт.	Туристический поход
5	Пила (облегченная 2-х ручная с чехлом)	1 шт.	Туристический поход
6	Медицинская аптечка	1 компл.	Туристический поход
7	Походный ремонтный набор	1 компл.	Туристический поход
8	Примус туристский («Шмель») с емк. 3-5 литров для горючего	1-2 шт.	Туристический поход
9	Веревка основная (капроновая, диаметром 8-10 мм.) 40 метров	1-2 шт.	Туристический поход
10	Веревка вспомогательная (капроновая, диаметром 6 мм.) 40 метров	1 шт.	Туристический поход
11	Страховочная система альпинистская с двумя репшнурами	3-4 шт.	Туристический поход
12	Карабин альпинистский	8-10 шт.	Туристический поход
13	Разборная походная или саперная лопатка	1 шт.	Туристический поход
14	Палатка для зимних походов (типа «Зима»)	1 шт.	Туристический поход
15	Печка разборная для зимних походов и походов в межсезонье	1 шт.	Туристический поход
16	Катамаран туристская разборная,	2-3 шт.	Туристический

	оборудованная спец. снаряжением для водных походов		поход
17	Спасательный жилет для водных походов	на каждого участника	Туристический поход
18	Планшет для картографического материала и походных документов	2 шт.	Туристический поход
19	Фотоаппарат	1-2 шт.	Туристический поход
20	Картографический материал, необходимый для проведения учебных занятий, походов, соревнований по спортивному ориентированию	1 компл.	Туристический поход
21	Специальное снаряжение для оборудования дистанции по спортивному ориентированию	Для 15-20 КП	Туристический поход
22	Мячи (волейбольный, футбольный, баскетбольный, теннисный большой) для проведения учебных занятий по ОФП	по 2 шт.	Туристический поход
23	Секундомер	2-3 шт.	Туристический поход
24	Компас спортивный	на каждого участника	Туристический поход
25	Рюкзак	на каждого участника	Туристический поход
26	Спальный мешок	на каждого участника	Туристический поход
27	Коврик походный	на каждого участника	Туристический поход
28	Накидка от дождя	на каждого участника	Туристический поход
29	Лыжи	на каждого участника	Туристический поход
30	Записная книжка (карманная с ручкой или карандашом)	на каждого участника	Туристический поход
31	Индивидуальный перевязочный пакет	на каждого участника	Туристический поход
32	Планшет для корректировки спортивной карты	на каждого участника	Туристический поход

### **Информационное обеспечение программы:**

#### **Интернет – ресурсы:**

<http://www.mchs.gov.ru/>

<http://www.mchs.gov.ru/dop/info/individual>

[http://www.mchs.gov.ru/dop/info/individual/Bitovie\\_CHS/item/7261661/](http://www.mchs.gov.ru/dop/info/individual/Bitovie_CHS/item/7261661/)

[http://www.mchs.gov.ru/dop/info/individual/Bitovie\\_CHS/item/7263173/](http://www.mchs.gov.ru/dop/info/individual/Bitovie_CHS/item/7263173/)

<http://56.mchs.gov.ru/>

<http://56.mchs.gov.ru/folder/1574684>

<http://mid-us.ru/>  
<http://www.rusprofile.ru/id/8900539>  
<http://docs.cntd.ru/document/952009587>  
<http://poiskovo-spasatel'naya-sluzhba-orenburgskoi-oblasti.orenburg7.ru/>

### **Кадровое обеспечение программы:**

Для реализации программы требуется педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

## **2.2.1 Воспитательный компонент**

### **Введение**

Туризм обладает притягательной силой. Люди, бывавшие в походах, убеждены в пользе туризма. Это прекрасное и эффективное средство воспитания здорового и закаленного человека. Пусть он не дает такого развития мускулатуры, как другие виды спорта, но зато здоровью туриста могут позавидовать многие. Ему не страшно промочить ноги, он не боится простудиться на ветру, промокнуть под дождем. Туризм закаляет так, как ни один другой вид спорта.

В туристическом походе ребята раскрываются совсем с другой стороны, чем в школе. Занятия туризмом вырабатывают у человека ряд очень ценных качеств. Турист умеет правильно ходить, развести огонь, сварить кашу, правильно ориентироваться и не заблудиться в лесу, быстро починить одежду. А изучение родного края, окружающей нас природы расширяет кругозор, воспитывает патриотизм и любовь к Родине. Контингент ребят в группе - разновозрастные дети из разных семей, семей «социального риска», состоящие на контроле в КДН, неуспевающие в учебе, но увлеченные туризмом.

### **Цель воспитательной работы**

воспитание у учащихся культуры безопасности жизнедеятельности, чувства ответственности за личную и общественную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни.

### **Задачи воспитательной работы**

- обучение умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;
- развитие творческого, культурного, коммуникативного потенциала ребят в процессе участия в совместной общественно-полезной деятельности;
- содействие формированию активной гражданской позиции;
- воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему родному Оренбуржью, селу, району.

### **Приоритетные направления воспитательной деятельности**

гражданско-патриотическое воспитание, здоровьесберегающее воспитание, культурологическое и эстетическое воспитание, правовое воспитание и культура безопасности учащихся, экологическое воспитание

#### **Формы воспитательной работы**

- беседа, экскурсия, культпоход, викторина, трудовой десант, акция, агитбригада, сюжетно-ролевая игра, спортивная игра,

#### **Методы воспитательной работы**

- беседа, дискуссия, пример, упражнение, поручение, требование, соревнование, игра, поощрение, наблюдение, анкетирование, анализ результатов деятельности,

#### **Планируемые результаты воспитательной работы**

- результат воспитания – сформирован высокий уровень духовно нравственного развития, чувства патриотизма, навыков здорового образа жизни, что прослеживается через активное участие в мероприятиях.

### **Календарный план воспитательной работы**

<b>№ п/п</b>	<b>мероприятие</b>	<b>календарные сроки</b>
1	Участие в мероприятиях, посвященных Дню туризма. Посвящение в туристы	Сентябрь
2	Азбука нашей безопасности - беседа	Октябрь
3	День правовых знаний	Ноябрь
4	Новогодний праздник в туристическом стиле	Декабрь
5	Поход выходного дня	Январь
6	Участие в мероприятиях, посвященных Дню вывода войск из Афганистана. День защитника Отечества	Февраль
7	Спортивные конкурсы «Статен в строю - силен в бою»	Март
8	День пожарной охраны. Всемирный день здоровья	Апрель
9	Участие в районном слете юных туристов-краеведов	Май
10	Участие родителей в конкурсах и праздниках	постоянно
11	Участие детей в конкурсах, мероприятиях различных уровней	В течение всего периода

### 2.3. Формы аттестации/контроля

**Формы аттестации/контроля:** беседа, анкетирование, входная диагностика, тестирование, практическая работа, маршрутные листы, самостоятельная работа, зачет, соревнование, упражнения.

#### Особенности организации аттестации/контроля:

В начале обучения проводится входная диагностика в форме беседы, анкетирования с детьми и родителями. Промежуточная аттестация учащихся проводится с целью промежуточной оценки учащимися поставленных задач по программе и достижению личностных результатов, объективная оценка усвоения учащимися программы. Проводится в конце 1 полугодия в виде опроса, в форме открытого занятия с приглашением родителей. Текущий контроль учащихся проводится с целью установления фактического уровня освоения теоретических знаний по темам (разделам) программы, их практических умений и навыков в конце изучения программы в виде соревнований, бесед с учащимися и родителями.

### 2.4. Оценочные материалы

<i>Критерии</i>	<i>Показатели</i>	<i>Методики</i>
Личностный результат	-мотивация к занятиям; -уровень воспитанности; -уровень развития общих качеств и способностей личности	- Экспресс-методика по изучению ведущих мотивов занятий детей избранным видом деятельности (А.Д. Насибуллина) (Приложение № 1). - Методика «Умеете ли Вы принимать решение?» (авторы Л.А. Александрова, С.Г. Морозова) (приложение № 2). - Методика «Выбор» (Приложение №3)
Метапредметный результат	-самоконтроль; -интеллектуальные, коммуникативные, организационные компетентности	- Методика «Карта самооценки и оценки педагогом компетентности воспитанника» (авторы Н.В.Родионова, М.Р. Канунова, И.О. Сеничева, Е.Л. Янушева) (Приложение №4) - Методика «Умеете ли Вы планировать свою деятельность?» (авторы Р.Л. Оксфорд, И.Г. Юдина) (Приложение №5) - Методика «Умеете ли Вы проектировать свою деятельность?» (автор С.Г. Щербакова). (Приложение №6).
Предметный результат	-уровень познавательной активности; -усвоение знаний; -практические умения, навыки	- Тестирование туристской подготовленности (Приложение №7)

### 2.5 Методическое обеспечение программы

При реализации программы используются следующие методические материалы:

1. Дочкин, С.А. Цифровая трансформация профессиональной ориентации и профессионального самоопределения молодежи [Электронный ресурс] / С.А.Дочкин, И.Ю. Кузнецова // Профессиональное образование в

России и за рубежом, 2020. — №3 (39). — Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/tsifrovaya-transformatsiya-professionalnoy-orientatsii-i-professionalnogo-samoopredeleniya-molodezhi>

2. Карасев, И.Е. Основы и виды туризма: учебное пособие: / И.Е. Карасев, Ю.Р. Солодовникова. – Омск: ОмГТУ, 2019. – 90 с. – ISBN 978-5-8149-2922-8. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=682970>

3. Савенков, А. И. Творчески одаренные дети: выявление и развитие / А. Савенков // Учитель в школе. – 2018. – № 1. – С. 103 – 106.

4. Савенков, А.И. Ваш ребенок талантлив: Детская одаренность и домашнее обучение. – Ярославль: академия развития, 2022. – 352 с.

Для обеспечения образовательного процесса используется дидактический и методический материал:

- разработки педагога дополнительного образования: планы, конспекты занятий, сценарии мероприятий, положения, инструкции, памятки и др.;
- разработки педагога для проведения занятий: схемы, таблицы, раздаточный материал, атласы, топографические и спортивные карты, туристское снаряжение, специальное снаряжение, стенды, спортивный инвентарь, ТСО и др.;
- разработки информативного характера: разнообразный информационный материал;
- разработки для организации контроля и определения результативности обучения: тесты, вопросы, контрольные упражнения, упражнения-задачи и т.д.

#### **Методики и технологии:**

Для реализации программы используются разнообразные формы работы: беседы, встречи, конкурсы, игры, праздники, соревнования, зачёты, спортивно-туристские эстафеты. Участие членов творческого объединения в районных и областных турслётах, учебных сборах, учебно-тренировочных походах, в соревнованиях, профильных туристско-оздоровительных лагерях, категорийных и степенных походах.

#### **Алгоритм учебного занятия**

Алгоритм учебного занятия – краткое описание структуры занятия и его этапов составлен на основе учебно-методического пособия автора Ворониной Ю.В. «Анализ занятия в системе дополнительного образования: методический конструктор», рассмотренного и утвержденного на методическом совете МАУДО «Центр развития» (протокол № 1 от 30.08.2019 г.)

#### **Этапы занятия**

**1 этап: организационный.** *Задача:* приветствие всех участников занятия, подготовка детей к работе на занятии.

**2 этап: проверочный (может отсутствовать на занятии).**

**3 этап: повторение пройденного материала (актуализация субъектного опыта учащихся).**

**4 этап: подготовительный или мотивационный (подготовка к новому содержанию, введение в предлагаемый образовательный материал или информацию).**

**5 этап: изучение новых знаний и освоение новых способов действий (освоение в активной форме предлагаемого образовательного материала или информации).**

**6 этап: закрепление знаний и способов деятельности (может отсутствовать на занятии или быть основным этапом занятия, зависит от формы проведения).** *Задача:* обеспечение усвоения новых знаний и способов действий. *Содержание этапа:* педагог применяет тренировочные упражнения, задания, которые выполняются самостоятельно детьми.

**7 этап: обобщение и систематизация знаний и способов деятельности (может отсутствовать на занятии или быть основным этапом занятия, зависит от формы проведения).**

**8 этап: игровая или творческая часть занятия (может отсутствовать на занятии или быть основным этапом занятия, зависит от формы проведения).**

**9 этап: контрольный.** *Задача:* выявление качества и уровня овладения знаниями и умениями, их коррекция. *Содержание этапа:* используются тестовые задания, виды устного и письменного опроса, вопросы и задания различного уровня сложности (репродуктивного, творческого, поисково-исследовательского).

**10 этап: рефлексивный.** *Задача:* мобилизация детей на самооценку. *Содержание этапа:* может оцениваться работоспособность, психологическое состояние, результативность работы, содержание и полезность учебной работы (педагог предлагает приёмы или вопросы для организации разных видов рефлексии учащихся: когнитивная (что нового узнали?), деятельностная (какую учебную задачу ставили? всё ли удалось сделать? что не получилось? почему? что нужно сделать в следующий раз, чтобы получилось лучше?), эмоциональная (с каким настроением вы уходите с занятия?), ценностно-смысловая рефлексия (где можно применить полученные знания, умения?).

**11 этап: итоговый (подведение итогов учебного занятия).** *Задача:* дать анализ и оценку успешности достижения цели и наметить перспективу последующей работы.

**12 этап: информационный (может отсутствовать на занятии).** *Задача:* обеспечение понимания цели, содержания и способов выполнения домашнего задания, логики дальнейших занятий. *Содержание этапа:* Информация о домашнем задании (если необходимо), инструктаж по его выполнению, определение перспективы следующих занятий.

Этапы могут по-разному комбинироваться на занятии. Какие-либо из них могут отсутствовать на занятии (в зависимости от дидактических целей, формы проведения).

#### **Краткое описание работы с методическими материалами:**

Содержание предмета реализуется через методы обучения и деятельность учащихся на занятиях, а также педагогических идей и принципов:

- гуманизации образования;

- осуществление целостного подхода к воспитанию;
- соответствие содержания возрастным особенностям учащихся;
- деятельностный подход в обучении;
- формирование социально приемлемых интересов и потребностей учащихся и т.д.

Исходя из целей и задач, сформулированных в программе, используются следующие методы:

- поисково-исследовательский метод (самостоятельная работа учащихся с выполнением различных специальных практических заданий на спортплощадке, в спортзале и в походах);
- метод самореализации, самоуправления через различные творческие дела, участие в соревнованиях, походах, конкурсах;
- метод контроля: врачебный, самоконтроль успеваемости и качества усвоения программы;
- метод комплексного подхода к образованию и воспитанию, предполагающий единство нравственного, физического, эстетического и других форм воспитания.

## 2.6 Список литературы

1. Бочарова, Н. И. Педагогика дополнительного образования. Обучение выживанию: учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. И. Бочарова, Е. А. Бочаров. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 174 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08521-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/515494>.

2. Воронина, Ю.В. Анализ занятия в системе дополнительного образования: методический конструктор. Учебно-методическое пособие / под. научн. ред. О.Г.Тавстуха. – Оренбург, 2019. – 104 с.

3. Воспитание как целевая функция дополнительного образования детей: методические рекомендации. — URL: [http://vcht.center/wp-content/uploads/MR\\_Vospitanie-kak-tselevaya-funktsiya-DOD.pdf](http://vcht.center/wp-content/uploads/MR_Vospitanie-kak-tselevaya-funktsiya-DOD.pdf)

4. Золотарева, А. В. Методика преподавания по программам дополнительного образования детей: учебник и практикум для вузов / А. В. Золотарева, Г. М. Криницкая, А. Л. Пикина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 315 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06274-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513035>.

5. Константинов, Ю.С. Подготовка педагога дополнительного образования в избранной области деятельности: детско-юношеский туризм : учебное пособие для среднего профессионального образования / Ю. С. Константинов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 401 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09376-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт

[сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517233>.

6. Панина, С.В. Самоопределение и профессиональная ориентация учащихся: учебник и практикум для вузов / С. В. Панина, Т. А. Макаренко. — 3-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2023. — 313 с.

7. Педагогика дополнительного образования. Психолого-педагогическое сопровождение детей : учебник для вузов / Л. В. Байбородова [и др.] ; ответственный редактор Л. В. Байбородова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 363 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06557-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513255>

8. Подготовка педагога дополнительного образования в области физической культуры: психологическое сопровождение в детско-юношеском спорте : учебник для среднего профессионального образования / А. В. Родионов [и др.] ; под общей редакцией А. В. Родионова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 251 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-12560-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/518258>.

9. Шмачилина-Цибенко, С. В. Образовательные технологии в дополнительном образовании детей : учебное пособие для вузов / С. В. Шмачилина-Цибенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 134 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13925-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519819>.

## Приложение 1

### Экспресс- методика по изучению ведущих мотивов занятий детей избранным видом деятельности (А.Д.Насибуллина)

**Инструкция:** определи, что и в какой степени привлекает тебя в избранном виде деятельности.

Для ответа используется следующая шкала: 3 – привлекает очень сильно; 2 - привлекает в значительной степени; 1 – привлекает слабо; 0 – не привлекает совсем. Что привлекает в деятельности?

1. Интересное дело.
2. Возможность общения с разными людьми.
3. Возможность помочь товарищам.
4. Возможность передать свои знания.
5. Возможность творчества.
6. Возможность приобрести новые знания, умения.
7. Возможность руководить другими.
8. Возможность участвовать в делах своего коллектива.
9. Возможность заслужить уважение товарищей.
10. Возможность сделать доброе дело для других.
11. Возможность выделиться среди других.
12. Возможность выработать у себя определенные черты характера.

Обработка данных

Для определения преобладающих мотивов следует выделить следующие блоки:

- А) общественные мотивы (3,4,8,10)
- Б) личные мотивы (1,2,5,6,12)
- В) престижные мотивы (7,9,11)

Сравнение средних оценок по каждому блоку позволяет определить преобладающие мотивы участия детей в деятельности.

## Приложение 2

### Методика «Умеете ли Вы принимать решение?»

*Авторы: Л.А. Александрова, С.Г. Морозова*

**Инструкция.** Оцени каждое умение по шкале от «1» до «5», поставив любой знак в столбце с соответствующей оценкой.

Умения	Шкала оценки уровня развития				
	1	2	3	4	5
Могу объяснить моё собственное мнение о выборе профессии					
Могу отстаивать свою точку зрения по поводу выбора профессии					
Могу убедить других в собственной позиции					
Мне не нужен контроль моих действий и решений					
Могу узнавать стереотипы (прочно сложившиеся, постоянные образцы чего-нибудь, стандарты) и понимать их эффекты					

Могу сам определить вопрос, проблему, которые требуют решения					
Могу справиться с возникающими проблемами					
Могу определить, какие проблемы смогу решить сам, а какие с посторонней помощью					
Полагаюсь в решениях на проверенные сведения					
При выборе решения пользуюсь различными источниками информации					
Могу предложить различные решения по проблеме					
Могу оценить варианты решения проблемы и выбрать лучшие					
Проявляю инициативу, когда предоставляется возможность					
Всегда обдумываю свои действия					
Когда решаю предпринять какое-то действие, думаю, что смогу осуществить своё начинание					

### **Интерпретация результатов.**

Высокий уровень – 56–75 баллов

Средний уровень – 36–55 баллов

Низкий уровень – 15–35 балла

## **Приложение 3**

### **Методика «Выбор»**

#### **Цель:**

выявить отношение подростков к нравственным нормам и соответствующим нравственным качествам (ответственности, самокритичности, совестливости, чуткости, справедливости).

**Ход диагностики:** воспитанникам предлагается выполнить следующее задание. Как ты поступишь в следующих ситуациях? Выбери ответ, который будет соответствовать твоему поступку или допиши свой ответ.

1. Во время каникул, когда ты собираешься поехать отдохнуть, классный руководитель неожиданно попросил тебя помочь привести в порядок учебный кабинет. Как ты поступишь?

- А) скажешь, что согласен помочь и отложишь свой отъезд;
- Б) соберешь ребят и вместе с ними сделаешь всю работу за один день;
- В) пообещаешь выполнить работу после возвращения;
- Г) посоветуешь привлечь на помощь того, кто остается в городе;
- Д) или .....

2. Тебе дали поручение, которое не совсем по душе, но его выполнение срочно необходимо коллективу. Как ты поступишь?

- А) добросовестно выполнишь поручение;
- Б) привлечешь к выполнению товарищей, чтобы не делать самому;
- В) попросишь дать тебе другое поручение, более интересное для тебя;
- Г) найдешь отговорку для отказа;
- Д) или.....

3. Ты случайно услышал, как группа твоих одноклассников высказала справедливые, но неприятные замечания в твой адрес. Как ты поступишь?

А) постараться объяснить ребятам, чем были вызваны просчеты в твоём поведении;

Б) переведешь разговор в шутку, но постараться поскорее исправить недостатки, о которых шла речь;

В) сделаешь вид, что ничего не слышал;

Г) укажешь ребятам, что они сами не лучше тебя, особенно потому, что говорят о тебе в твое отсутствие;

Д) или.....

4. От выполняемой физической работы у тебя на руках образовались болезненные мозоли. Как ты поступишь?

А) будешь, преодолевая боль, трудиться дальше как все;

Б) обратишься к друзьям с просьбой помочь тебе выполнить работу;

В) попросишь освободить тебя от этой работы и дать другую;

Г) оставишь работу незаконченной и пойдешь отдыхать;

Д) или.....

5. Ты стал свидетелем того, что один человек незаслуженно обидел другого на твоих глазах. Как ты поступишь?

А) потребуешь от обидчика извинений в адрес пострадавшего;

Б) разберешься в причинах конфликта и добьешься его устранения;

В) выразишь соболезнования тому, кого обидели;

Г) сделаешь вид, что тебя это не касается;

Д) или.....

6. Ты случайно, не желая того, нанес небольшой ущерб или причинил зло другому человеку. Как ты поступишь?

А) сделаешь все возможное для устранения зла, ущерба;

Б) извинишься, объяснишь пострадавшему, что не хотел этого;

В) постараться, чтобы никто не заметил нанесенного тобой ущерба, сделаешь вид, что ты не виноват;

Г) свалишь вину на того, кто пострадал, « пусть не лезет – сам виноват»;

Д) или.....

**Обработка полученных данных.** Подсчитывается выбор ответов по буквам. Преобладание ответов:

А) – свидетельствует об активном, устойчивом, положительном отношении к соответствующим нравственным нормам;

Б) – оказывает, что это отношение хотя и активное, но не достаточно устойчивое (возможны компромиссы);

В) – показывает, что отношение пассивное, недостаточно устойчивое;

Г) – свидетельствует об отрицательном, неустойчивом отношении ребенка к нравственным нормам.

Д) – предлагаемый постоянно вариант своего ответа показывает индивидуальную позицию подростка.

**Методика «Карта самооценки и оценки педагогом  
компетентности воспитанника»**

*Бланк карты*

*Дорогой друг!*

*Оцени, пожалуйста, по пятибалльной шкале знания и умения, которые ты получил, занимаясь в творческом объединении (коллективе) в этом учебном году, и зачеркни соответствующую цифру (1 - самая низкая оценка, 5 - самая высокая)*

1	Освоил теоретический материал по разделам и темам программы (могу ответить на вопросы педагога)	1	2	3	4	5
2	Знаю специальные термины, используемые на занятиях	1	2	3	4	5
3	Научился использовать полученные на занятиях знания в практической деятельности	1	2	3	4	5
4	Умею выполнить практические задания (упражнения, задачи, опыты и т.д.), которые дает педагог	1	2	3	4	5
5	Научился самостоятельно выполнять творческие задания	1	2	3	4	5
6	Умею воплощать свои творческие замыслы	1	2	3	4	5
7	Могу научить других тому, чему научился сам на занятиях	1	2	3	4	5
8	Научился сотрудничать с ребятами в решении поставленных задач	1	2	3	4	5
9	Научился получать информацию из различных источников	1	2	3	4	5
10	Мои достижения в результате занятий	1	2	3	4	5

*Структура вопросов:*

пункты 1,2,9 - опыт освоения теоретической информации

пункты 3,4- опыт практической деятельности

пункты 5,6 - опыт творчества

пункты 7,8 - опыт коммуникации

*Процедура проведения:*

Данную карту предлагается заполнить воспитанникам в соответствии с инструкцией. Затем данную карту заполняет педагог, выступающий в качестве эксперта. Оценка проставляется педагогом в пустых клеточках. Оценка производится как воспитанником, так и педагогом (экспертом) по пятибалльной шкале. Отличие состоит в использовании разных знаков (плюс, галочка и т.д.) при фиксации оценки.

*Обработка результатов:* Самооценка воспитанника и оценки педагога суммируются, и вычисляется среднеарифметическое значение по каждой характеристике.

## Приложение 5

### Методика «Умеете ли Вы планировать свою деятельность?»

*Авторы: Р.Л. Оксфорд, И.Г. Юдина*

**Инструкция.** Оцени каждое умение по шкале от «1» до «5», поставив любой знак в столбце с соответствующей оценкой.

Умения	Шкала оценки уровня развития				
	1	2	3	4	5
Могу планировать своё время					
Хочу, чтобы мои действия по выбору профессии были обоснованы					
Могу определить цель своей деятельности					
Могу определить, при каких условиях цель будет достигнута					
Могу выделить собственные качества, необходимые для достижения цели					
Могу отобрать средства для достижения цели					
Знаю, куда можно обратиться за помощью при планировании своей деятельности					
Обладаю необходимыми навыками общения, необходимыми для обращения за помощью					
Мне нравится поступательное движение к цели					
Могу планировать свою деятельность					
Могу организовать выполнение запланированного					
Могу распределить запланированные действия по времени					
Сопоставляю свои действия с намеченным планом					
Приступаю к работе заранее или вовремя					
Могу перестраивать свою деятельность, в случае необходимости					
Заранее установленный срок окончания работы организует мой труд					
Мне нравится структурировать свой труд					
Реализую свой план поэтапно					
Могу оценить собственные результаты и предложить возможные пути их улучшения					
Чувствую ответственность за свои действия					
Могу научить других делать или понимать что-то					
Знаю, как использовать мои достижения, чтобы сориентировать других людей в моём опыте и потребностях					
Могу работать в быстром темпе и соотносить своё время и возможности с сутью конкретной работы					
Понимаю, что составление плана – это половина успеха в достижении результата выбора профиля обучения во взаимосвязи с будущей профессиональной деятельностью					

**Интерпретация результатов.**

Высокий уровень – 90–120 баллов

Средний уровень – 57–89 баллов Низкий уровень – 24–56 балл

**Приложение 6****Методика «Умеете ли вы проектировать свою деятельность»***Автор: С.Г. Щербакова***Инструкция.** Оцени каждое умение по шкале от «1» до «5», поставив любой знак в столбце с соответствующей оценкой.

Умения проектирования	Умения	Шкала оценки уровня развития				
		1	2	3	4	5
Проблематизация	Могу выявлять проблемы выбора профиля обучения и будущей профессии					
	Умею выбирать из множества проблем главную					
	Умею решать проблемы самостоятельно					
	Выбираю проблемы путём согласования для совместного решения					
Целеполагание	Могу ставить цели и добиваться их					
	Умею согласовывать цели с другими					
	Осуществляю поиск способов достижения цели					
Планирование	Умею планировать свою деятельность					
	Могу организовать планирование в группе					
	Могу распределять обязанности и роли в группе					
Поисковые, исследовательские	Умею проводить исследование					
	Владею компьютером					
	Умею пользоваться Интернетом					
	Умею отбирать нужную информацию					
	Умею работать самостоятельно					
	Могу достигать результатов в совместной деятельности					
Коммуникативные	Умею дружить					
	Внимателен к людям					
	Обладаю хорошими манерами					
	Проявляю толерантность					
	Умею слушать и сопереживать					
	Умею конструктивно сотрудничать					
	Имею чувство юмора					
	Помогаю людям в трудных ситуациях					
Рефлексивные	Могу оценить вклад каждого участника проекта					
	Умею оценить результативность решения проблемы					
	Могу проявить самоанализ деятельности					

**Интерпретация результатов.**

Высокий уровень – 108 – 160 баллов

Средний уровень – 65 – 107 баллов

Низкий уровень – 32 – 64 балла

## Приложение 7

### Тестирование туристской подготовленности Тестирование туристских знаний, умений и навыков без физической нагрузки

В учебной аудитории организуется 6 станций, на каждой из которых судья оценивает уровень подготовленности учащегося по пятибалльной системе. Контрольное время – 30 мин. По истечении контрольного времени тест считается невыполненным. По итогам прохождения всех станций баллы суммируются, определяется общий уровень знаний занимающегося.

#### Тесты и критерии оценки:

№	Наименование станции	Тест	Критерии оценки
1	Стороны горизонта	Определение сторон горизонта по местным признакам. На станции макеты объектов: - мох с одной стороны дерева - карта звездного неба - солнце и часы - ширина годовых колец - форма и расположение муравейника	За правильное выполнение каждого задания начисляется 1 балл.
2	Лекарственные растения.	Показать и назвать лекарственные растения. - крапива двудомная - облепиха кувшиновидная - черемуха обыкновенная - черника обыкновенная - шалфей лекарственный Необходимо выбрать заданные растения их имеющихся.	За правильное определение каждого растения начисляется 1 балл.
3	Костер	Необходимо сложить и назвать 5 различных видов костров из дров, имеющихся на станции	За каждый правильно сложенный костер начисляется по 1 баллу.
4	Топография	Назвать изображенный топографический знак, общее число знаков – 5.	За каждый верный ответ начисляется по 1 баллу.
5	Туристские узлы	Необходимо связать 5 любых из предложенных узлов: «восьмерка», «двойная восьмерка», «прямой», «булинь», «узел среднего», «узел Пруссика».	За каждый верный ответ начисляется по 1 баллу.
6	Снаряжение	Назвать применение предметов в туристской деятельности. На станции находятся 10 предметов (палатка, спички, туристская веревка, тент, таганок, котел, жумар, карабин,	За каждый верный ответ начисляется по 1 баллу.

		альпеншток, курвиметр). Из них необходимо выбрать 5 и описать применение в туристской деятельности.	
Определение уровня туристских знаний, умений и навыков школьников 7 – 10	Критерии оценки: 28 - 30 баллов – высокий уровень 24 – 27 баллов – средний уровень 18 – 23 балла – удовлетворительный уровень Менее 18 баллов – низкий уровень. Тест считается не выполненным, если превышено контрольное время 30 мин.		

### Тест «Что берем с собой в поход?»

Выберите то, что нужно в походе.

1. Из личного снаряжения нужно:

- штормовой костюм;
- тапочки;
- кроссовки;
- головной убор;
- накидка от дождя;
- пижама.

2. Из группового снаряжения нужно:

- палатки;
- топор;
- ведра;
- игральные карты;
- книги;
- лопата.

3. Из кухонно-столовых принадлежностей нужно:

- костровой комплект;
- спички;
- вилки;
- канистры с бензином;
- кружки;
- чайник.

4. В ремнабор нужно:

- ножницы;
- игла с ниткой;
- карандаши;
- изолента;
- веревка;
- булавка.

5. В аптечке нужно:

- лейкопластырь;
- уголь активированный;
- марганцовка;

- бинт и вата;
- аспирин;
- ношпа.

Задание: продолжите список необходимых вещей в походе.

---

---

---

---

### **Тест на выживание для юных туристов**

1. Для холодного климата лучше всего подходит:
  - тельняшка;
  - фуфайка;
  - двухслойный вязаный свитер.
2. При укладке рюкзака вещи, необходимые в первую очередь, должны быть:
  - внизу;
  - наверху;
  - на себе.
3. Спички можно защитить, опустив их головки в:
  - бензин;
  - керосин;
  - парафин.
4. Человек, прежде всего, испытывает потребность в:
  - пище;
  - огне;
  - воде.
5. При поисках воды копайте яму в том месте, где:
  - трава наиболее зеленая;
  - камни наиболее крупные;
  - проходят звериные тропы.
6. Если спички отсырели:
  - потрите их о лезвие ножа;
  - потрите их о мочку уха;
  - потрите их о волосы.
7. Продукты питания должны храниться в закрытых емкостях:
  - в воде;
  - на деревьях;
  - в земле.
8. При возникновении боли в желудке:
  - ложитесь животом вверх;
  - интенсивно массируйте мышцы живота;
  - пейте как можно больше теплой воды.
9. Если одежда загорелась:
  - бегите, чтобы сбить пламя встречным потоком воздуха;

- попытайтесь завернуться во что-нибудь плотное;
  - сбейте пламя ветками дерева.
10. Если Вы вдруг столкнулись с крупным хищником:
- кричите и делайте резкие движения;
  - демонстративно повернитесь к нему спиной;
  - замрите и медленно отступайте, разговаривая с ним самым спокойным голосом.

### **Тест-загадка по топографии «Отгадай и нарисуй»**

1. В лесу стоит, не растет, не пугает, а от холода спасает.
  - кормушка;
  - дерево;
  - дом лесника.
2. Весь век крыльями машет, а взлететь не может.
  - турист;
  - мельник;
  - лесник.
3. Весной веселит, летом холодит, осенью кормит.
  - дерево;
  - кустарник;
  - цветок.
4. 100 братьев строго в ряд стоят и друг другу помогают – территорию охраняют.
  - болото;
  - озеро;
  - река.
5. Стоит сторож над водой, седой качает головой.
  - камыш;
  - лесничий;
  - деревья.
6. Зимой спит, летом журчит.
  - ручей;
  - озеро;
  - болото.

### **Викторина «Карта».**

1. Как называется изображение Земли на плоскости?
2. Чем чаще пользуются: картой или глобусом?
3. Каков преимущественно масштаб географических карт?
4. Что означает зелёный цвет на топографических планах и физических картах?
5. Каждая карта имеет список всех условных знаков – это так называемая...
6. Какие карты называются контурными?
7. Какой процесс называется генерализацией?
8. Приведите примеры карт по содержанию.
9. Чем необычна хранящаяся в Эрмитаже карта России?

10. Карта является важнейшим источником, чего ...?

Ответы:

1. Карта
2. Картой
3. Крупный
4. На плане – поля, заросли. На картах – равнины, низменности.
5. Легенда карты
6. На которых ничего не отмечено, а дети сами рисуют.
7. Отбор самых главных и важных объектов для карты.
8. Тематические, общегеографические, контурные.
9. Самая крупномасштабная. Практически все объекты России на ней отмечены.
10. Знаний.

### **Викторина «Медицина»**

- В таблице с названиями лечебных препаратов в пустых клетках проставьте номера из следующей таблицы, указывающие назначение и область применения указанных препара-тов.

№ Название препарата № Назначение, область применения

- |   |   |
|---|---|
| 1 Анальгин, баралгин                      | 1 Противожоговое                          |
| 2 Валидол                                 | 2 Жаропонижающее, противовоспалительное   |
| 3 Лейкопластырь, бинт                     | 3 Сердечно – сосудистое                   |
| 4 Перекись водорода 3%                    | 4 Перевязочное                            |
| 5 Облепиховое масло                       | 5 Седативное (успокоительное)             |
| 6 Аспирин, парацетамол                    | 6 Обезболивающее                          |
| 7 Уголь активированный                    | 7 Антисептическое (при боли в горле)      |
| 8 Фурацилин, фаринго-септ                 | 8 Антисептическое                         |
| 9 Скипидарная мазь                        | 9 Согревающее                             |
| 10 Нашатырный спирт                       | 10 Адсорбирующее (при пищевом отравлении) |
| 11 Возбуждающее (при обмороке)            |   |
| 12 Мочегонное                             |   |
| 13 Общеукрепляющее                        |   |
| 14 Антигистаминное (противоаллергическое) |   |

Ответы: 6, 3, 4,8, 1,2, 10, 7, 9, 11.

### **Викторина «Питание»**

- В пустых клетках пометить продукты, запрещённые к употреблению в детском многод-невном летнем туристическом походе.

№ Название продукты Отметка отвечающего

- 1 Салаты

- 2 Варёные колбасы
- 3 Шоколад, мёд
- 4 Сметана, творог
- 5 Грибы
- 6 Консервированные продукты
- 7 Сыр
- 8 Кондитерские изделия с кремом
- 9 Пицца, оставшаяся от предыдущего приёма
- 10 Масло сливочное

Ответы: 1, 2, 4, 5, 8, 9.

### **Викторина «Снаряжение»**

- Группа туристов заблудилась в лесном заболоченном районе.

Холодная дождливая осень. До населённого пункта 100- 150 км.

- Задача: принять решение о степени важности и нужности того или иного элемента снаряжения. Пронумеровать снаряжение в порядке снижения значимости.

№ пп Снаряжение № значимости

- 1 Компас
- 2 Спички
- 3 Топор
- 4 Спальный мешок
- 5 Фонарь
- 6 Карта местности
- 7 Палатка
- 8 Полиэтилен
- 9 Котелок
- 10 Продукты

Ответы: 2, 3, 4, 10, 8, 1, 7, 9, 6, 5.