

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДВОРЕЦ ДЕТСКОГО (ЮНОШЕСКОГО) ТВОРЧЕСТВА ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТА

Протокол педагогического совета № 4

от «15» июня 2026 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказ № 211 от «15» июня 2026 г.

Директор ДДЮТ _____ Н.А.Козлова

Дополнительная общеразвивающая программа
«СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ. НАЧАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА»

Срок освоения 2 года
Возраст обучающихся: 8 - 12 лет

Разработчики –
Струков Павел Павлович,
педагог дополнительного образования,
Балина Нина Александровна,
педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность

Дополнительная общеразвивающая программа «Спортивный туризм. Начальная подготовка» (далее – программа) по своему содержанию соответствует **туристско-краеведческой направленности**, так как способствует формированию у обучающихся знаний, умений и навыков, связанных с безопасным пребыванием в условиях природной и городской среды, получению опыта работы в коллективе.

Актуальность

В современном мире для формирования личности человеку необходимо взаимодействовать с людьми, принимать нестандартные решения, анализировать действия в критических ситуациях, иметь высокий уровень эрудированности, стремление к достижению своих целей и преобразованию мира в лучшую сторону.

Спортивный туризм – один из способов приобретения данных качеств. В совокупности с туристско-краеведческой деятельностью он весьма многогранен, - существует разделение на маршруты и дистанции по каждому виду туризма (пеший, водный, горный, лыжный, спелео и т. д.). Для успешной адаптации в каком-либо одном виде, обучающимся необходимо ознакомиться со всеми направлениями на практике и произвести индивидуальный выбор программы углубленного уровня.

Настоящая программа, в свою очередь, знакомит обучающихся с многообразием спортивного туризма и туристско-краеведческой деятельности, постепенно выделяя различные аспекты видов туризма. В процессе освоения начального курса обучающиеся опробуют особенности двигательного режима и полевого быта в туристских мероприятиях. В том числе учатся самообслуживанию, вырабатывают коммуникативные навыки взаимодействия. Участие в степенных походах и походах начальных категорий сложности (в условиях автономного нахождения в природной среде) и в соревнованиях на дистанциях позволяет ребенку получить необходимые базовые навыки.

«Спортивный туризм. Начальная подготовка» помогает неподготовленным, но проявляющим интерес к путешествиям и прохождению туристских маршрутов, детям получить базовые туристские знания, освоить технические навыки и приобрести социально - личностный опыт, таким образом, выполняя государственный заказ по социализации детей (в соответствии с ФЗ-273 «Об образовании в Российской Федерации»). А также способствует укреплению здоровья обучающихся, за счет проведения тренировочного процесса на открытом воздухе, совершенствует физические данные ребенка, вырабатывает такие важные качества, как выносливость, сила, ловкость, быстрота.

Адресат

Программа рассчитана на обучающихся 8–12 лет, не имеющих противопоказаний к занятиям спортивным туризмом по состоянию здоровья.

Объем и срок освоения программы

Срок освоения программы 2 года. Общее количество учебных часов – 528.

1 год обучения – 264 часов,

2 год обучения – 264 часов.

Уровень освоения - базовый.

Цель – развития личностных и физических качеств каждого обучающегося в творческом коллективе, подготовка к совершению спортивных путешествий и участию в соревнованиях.

Задачи

Обучающие:

- способствовать формированию системы знаний по различным видам туризма;
- формировать умения необходимые для организации безопасного быта
- познакомить с различными видами снаряжения
- познакомить с правилами соревнований по спортивному туризму;
- способствовать формированию практических умений спортивного туризма
- знакомить с туристскими возможностями и достопримечательностями родного края;

Развивающие:

- развивать адаптационные качества;
- способствовать физическому развитию;

- расширять общекультурный кругозор через путешествия;
- развивать способности быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе, экстремальные ситуации

Воспитательные:

- воспитывать самостоятельность;
- способствовать повышению уровня коммуникативной культуры;
- воспитывать бережное отношение к природе;
- способствовать формированию здорового образа жизни

Планируемые результаты освоения

Предметные результаты:

- у обучающихся будет сформирована система знаний по различным видам туризма;
- обучающиеся будут знать туристские возможности и достопримечательности родного края;
- у обучающихся будут сформированы умения необходимые для организации безопасного быта в степенных походах
- познакомятся с различными видами снаряжения
- познакомятся с правилами соревнований по спортивному туризму;
- у обучающихся сформированы практические умения по спортивному туризму

Метапредметные результаты:

- обучающиеся приобретут самостоятельность;
- обучающиеся повысят уровень коммуникативной культуры;
- обучающиеся будут бережно относиться к природе;
- обучающиеся повысят мотивацию вести здоровый образ жизни.

Личностные результаты:

- к концу обучения обучающиеся будут иметь развитые адаптационные качества;
- разовьются физически;
- расширят общекультурный кругозор через путешествия;
- разовьют способности быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе, экстремальные ситуации

Организационно-педагогические условия реализации программы

Формы проведения занятий:

- теоретические занятия (лекции, круглые столы, игры, семинары, тренинги);
- практическое занятие в спортивном зале;
- эстафеты;
- соревнования;
- тренинг (в спортзале, в полевых условиях);
- полевой походный сбор;
- поход;
- экскурсия;
- экспедиция;
- зачет (по теории, по практическим навыкам);

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

- фронтальная (беседа, показ, объяснение);
- групповая (для организации прохождения дистанции связками, группами (по 4), для выполнения работ по организации бивака, упражнения в парах)
- коллективная: организация проблемно-поискового взаимодействия при разборе внештатных ситуаций на маршруте, организации бивака, составлении продуктовой раскладки, обсуждении тактики прохождения дистанции.
- индивидуальная (разбор дистанции, выполненного задания, организация работы по походным должностям на маршруте и биваке, а также при подготовке к походу).

Материально-техническое оснащение ДОП

Групповое снаряжение	Личное снаряжение (необходимое на каждого обучающегося)
----------------------	---

№	Наименование	Кол-во	№	Наименование	Кол-во
1	Палатка (4-местная)	5 шт.	1	Рюкзак туристский	1 шт.
2	Шатер	1 шт.	2	Спальный коврик	1 шт.
3	Тент костровой	2 шт.	3	Спальник	1 шт.
4	Аптечка походная.	1 комп.	4	Компас жидкостный	1 шт.
5	Веревка основная ϕ 10мм	200 м	5	Фонарь налобный	1 шт.
6	Веревка вспомогательная ϕ 6мм	30 м	6	Система страховочная	1 компл
7	Карабины альпинистские	30 шт.	7	Карабины альпинистские	4 шт.
8	Топор большой	1 шт.	8	Репшнур ϕ 6мм	1 шт.
9	Топор малый	1 шт.	9	Блокировка из основной верёвки ϕ 10мм	1 шт.
10	Пила двуручная.	1 шт.	10	Каска	1 шт.
11	Байдарка 2-местная	6 шт.	11	Крепления лыжные универсальные	1 пара
12	Весло для байдарки	12 шт.	12	Лыжи	1 пара
13	Рулетка измерительная, 50м	1 шт.	13	Лыжные палки металлические	1 пара
14	Печка туристская	1 шт.	14	Спасательный жилет	1 шт.

Формы организации занятий:

В основном занятия проводятся всем составом объединения, в случае подготовки к соревнованиям могут проводиться по группам.

Оборудование кабинета для проведения лекционных занятий

1. Стенды для размещения наглядных пособий
2. Физическая карта Ленинградской области
3. Парты, стулья
4. Доска
5. Шкафы для размещения литературы, методических пособий, комплектов карт.
6. Мультимедийное оборудование: проектор, экран, ноутбук, колонки
7. Оборудование для написания отчета: компьютер, принтер, сканер, интернет роутер

Оборудование спортивного зала

1. Маты гимнастические
2. Турники
3. Сетка волейбольная, кольца баскетбольные, ворота футбольные
4. Мячи футбольные, волейбольные, баскетбольные
5. Компостеры

Тренажеры для спортивного туризма: стенд для скалолазания, переправа по бревну, навесная переправа, вертикальный подъем, параллельная переправа

Язык реализации. Образовательная деятельность осуществляется на государственном языке Российской Федерации (русском).

Форма обучения: очная.

Особенности реализации ДОП:

Больше половины учебного времени приходится на выездные занятия в полевых условиях. Это реализуется в выходные дни и каникулярное время.

Условия набора в коллектив:

Программа рассчитана на обучающихся 8–12 лет, имеющих медицинский допуск. Формирование группы **первого года обучения** обусловлено востребованностью данной программы, и возрастной диапазон варьируется год от года.

Условия формирования групп:

Требование к возрасту обучающихся групп обусловлены порогом входа в самую младшую возрастную группу соревнований по спортивному туризму - мальчики/девочки 8-9 лет, а также требованиям к участникам походов - минимальный возраст для совершения однодневных походов – 7 лет, 2-3 дневных – 8 лет, степенных 9-11 лет.

Обучающийся может быть повторно зачислен в группу того же года обучения по следующим причинам:

- уровню физического развития;
- состоянию здоровья;
- психоэмоциональной комфортности пребывания в данной группе;
- особенности развития обучающихся;
- уровню освоения программы.

В группу **второго года обучения** могут быть зачислены выпускники первого года обучения не младше 9 лет, а также обучающиеся других объединений туристско-краеведческой направленности, вновь пришедшие дети.

Основной задачей обучения по этой программе является формирование сплоченного объединения обучающихся, управляемого и способного к взаимодействию, готового совершать многодневные путешествия в условиях природной среды. Опыт показывает, что за один год и за один набор обучающихся такое объединение не всегда удается создать. После первого года занятий в объединениях обучающихся, практикующих активные формы туристско-краеведческой деятельности, происходит неизбежный отсев, и возникает необходимость провести донабор. Поэтому на втором году занятий по курсу начальной подготовки программа первого года во многом повторяется, с усложнением изучаемого материала. Вновь набранные обучающиеся вливаются в «основной состав» объединения, благодаря дифференцированному подходу педагога, уделяющему большее внимание отстающим обучающимся, многократно повторяя действия, вызывающие затруднения.

Учебный план первого года обучения

№ п/п	Наименование темы	Количество часов				Формы контроля
		Всего	Теория	Практика		
				В помещении	На местности	
1	Вводное занятие	2	2	-	-	Беседа
2	Общая физическая подготовка	44	-	12	32	Тест
3	Основы топографической подготовки	28	2	2	24	Соревнования
4	Теория совершения походов	64	30	10	24	Тест
5	Походы	54	-	4	50	Контрольный маршрут
6	Соревнования и подготовка к ним	70	4	10	50	Рейтинг
7	Итоговое занятие	2	2	-	-	Беседа
	Итого:	264	40	38	180	

Учебный план второго года обучения

№ п/п	Наименование темы	Количество часов				Формы контроля
		Всего	Теория	Практика		
				В помещении	На местности	
1	Вводное занятие	2	2	-	-	Беседа
2	Общая физическая подготовка	44	-	12	32	Тест

3	Основы топографической подготовки	28	2	2	24	Соревнования
4	Теория совершения походов	64	30	10	24	Тест
5	Походы	54	-	4	50	Контрольный маршрут
6	Соревнования и подготовка к ним	70	4	10	50	Рейтинг
7	Итоговое занятие	2	2	-	-	Беседа
	Итого:	264	40	38	180	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА 1 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Особенности организации образовательного процесса

Построение занятий на первом году обучения связано с физиологическими, психологическими и индивидуальными особенностями детей младшего школьного возраста.

Задачи образовательного процесса

Обучающие:

- способствовать формированию системы знаний по различным видам туризма;
- формировать умения необходимые для организации безопасного быта
- познакомить с различными видами снаряжения
- познакомить с правилами соревнований по спортивному туризму;
- способствовать формированию практическим умениям спортивного туризма
- знакомить с туристскими возможностями и достопримечательностями различных районов России;

Развивающие:

- развивать адаптационные качества;
- способствовать физическому развитию;
- расширять общекультурный кругозор через путешествия;
- развивать способности быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе, экстремальные ситуации

Воспитательные:

- воспитывать самостоятельность;
- способствовать повышению уровня коммуникативной культуры;
- воспитывать бережное отношение к природе;
- способствовать формированию здорового образа жизни;

Планируемые результаты:

Предметные результаты:

- у учащихся будет сформирована система знаний по различным видам туризма;
- учащиеся будут знать туристские возможности и достопримечательности различных районов России;
- у учащихся будут сформированы умения необходимые для организации безопасного быта
- познакомятся с различными видами снаряжения
- познакомятся с правилами соревнований по спортивному туризму;
- у учащихся сформированы практические умения по спортивному туризму

Личностные результаты:

- Учащиеся разовьют адаптационные качества;
- разовьются физически;
- расширят общекультурный кругозор через путешествия;

Метапредметные результаты:

- учащиеся приобретут самостоятельность;
- учащиеся повысят уровень коммуникативной культуры;
- учащиеся будут бережно относиться к природе;
- учащиеся повысят мотивацию вести здоровый образ жизни.

Календарно-тематическое планирование 2 год обучения

№	№ темы	Тема занятия	Кол-во	Дата занятия
---	--------	--------------	--------	--------------

	по учебному плану		часов	План	Факт
1.	1	Вводное занятие. Инструктаж по охране труда	2		
2.	3	Изучение условных знаков на местности	2		
3.	4	Снаряжение для тренировок в природной среде	2		
4.	3	Принципы работы с картой и компасом	2		
5.	4	Снаряжение для однодневного выезда в лес	2		
6.	6	Участие в соревнованиях по спортивному туризму	2		
7.	3	Границы полигона, аварийные выходы	2		
8.	6	Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию	2		
9.	6	Страховочная система, назначение ее элементов	2		
10.	6	Прохождение этапов пешеходной дистанции 1 класса	2		
11.	2	Общая физическая подготовка, беговые упражнения	2		
12.	3	Изучение условных знаков на местности	2		
13.	6	Дистанция - пешеходная 1 класса	2		
14.	6	Скалодром. Подъем, спуск с самостраховкой	2		
15.	2	Общая физическая подготовка, эстафеты с элементами спортивного туризма	2		
16.	3	Изучение условных знаков на местности	2		
17.	3	Условные знаки. Элементы дистанции по спортивному ориентированию	2		
18.	3	Дистанция по спортивному ориентированию в заданном направлении	2		
19.	6	Участие в соревнованиях по спортивному туризму	2		
20.	6	Разбор блоков этапов дистанции - пешеходной 1 класса	2		
21.	5	Учебно-тренировочный поход	2		
22.	2	Упражнения для укрепления мышц спины и ног. Командные игры	2		
23.	6	Дистанция - пешеходная 1 класса	2		
24.	4	Преодоление переправ в природной среде	2		
25.	6	ВКС, работа в связках	2		
26.	2	Подготовка к соревнованиям по спортивному туризму	2		
27.	5	Учебно-тренировочный поход	2		
28.	3	Игры с элементами спортивного ориентирования	2		
29.	4	Снаряжение для лыжного выезда	2		
30.	2	Общая физическая подготовка, эстафеты с элементами спортивного туризма	2		
31.	4	Ремонт личного снаряжения для лыжных выездов	2		
32.	2	Упражнения для развития координации и ловкости.	2		
33.	6	Прохождение дистанции - пешеходной 1 класса	2		
34.	4	Узлы и их назначение	2		
35.	6	Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию	2		
36.	4	Обзор возможностей в спортивном туризме	2		
37.	2	Общая физическая подготовка, эстафеты с элементами спортивного туризма	2		
38.	2	Подготовка к соревнованиям по спортивному туризму	2		
39.	6	Прохождение дистанции - пешеходной 1 класса	2		
40.	4	Преодоление переправ в природной среде	2		
41.	2	Общая физическая подготовка, беговые упражнения	2		

№	№ темы по учебному плану	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	
				План	Факт
42.	4	Походные должности	2		
43.	4	Узлы и их назначение	2		
44.	6	Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию	2		
45.	4	Походные должности	2		
46.	4	Личное снаряжение для многодневных выездов	2		
47.	2	Общая физическая подготовка, упражнения на выносливость	2		
48.	4	Состав медицинской аптечки	2		
49.	4	Техника лыжного туризма. Спуск в заданную зону	2		
50.	2	Общая физическая подготовка, командные игры	2		
51.	2	Упражнения для укрепления мышц спины и ног	2		
52.	6	Дистанция - пешеходная связка 1 класса	2		
53.	4	Техника лыжного туризма. Подъем, спуск различными способами	2		
54.	6	Прохождение дистанции - пешеходной - связка	2		
55.	6	Снаряжение для дистанций в природной среде	2		
56.	2	Общая физическая подготовка, упражнения на пресс и спину	2		
57.	4	Техника лыжного туризма. Траверс склона	2		
58.	5	Учебно-тренировочный поход	2		
59.	6	Организация сопровождения на этапах. Виды точек опор	2		
60.	6	Дистанция - пешеходная 1 класса	2		
61.	6	Участие в соревнованиях по спортивному туризму	2		
62.	2	Подготовка к соревнованиям по спортивному туризму	2		
63.	4	Выезд на соревнования по спортивному туризму на лыжных дистанциях	2		
64.	6	Разбор этапов дистанции	2		
65.	2	Упражнения для развития координации и ловкости. Командные игры	2		
66.	6	Разбор дистанции пешеходная - связка	2		
67.	5	Учебно-тренировочный поход	2		
68.	6	Разбор дистанции пешеходная - группа	2		
69.	2	Подготовка к соревнованиям по спортивному туризму	2		
70.	6	Участие в соревнованиях по спортивному туризму	2		
71.	4	Преодоление переправ в природной среде	2		
72.	3	Основы спортивного ориентирования: границы полигона, условные знаки	2		
73.	3	Ориентирование в заданном направлении Инструктаж по охране труда	2		
74.	6	Разбор дистанции пешеходная - группа	2		
75.	6	Прохождение этапов пешеходной дистанции 1 класса	2		
76.	2	Подготовка к соревнованиям по спортивному туризму	2		
77.	4	Преодоление переправ в природной среде	2		
78.	3	Изучение условных знаков на местности	2		
79.	4	Преодоление переправ в природной среде	2		
80.	6	Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию	2		

№	№ темы по учебному плану	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	
				План	Факт
81.	4	Личное снаряжение для многодневных выездов	2		
82.	6	Прохождение этапов пешеходной дистанции 1 класса	2		
83.	4	Преодоление переправ в природной среде	2		
84.	5	Учебно-тренировочный поход	2		
85.	4	Узлы и их назначение	2		
86.	4	Личное снаряжение для многодневных выездов	2		
87.	5	Учебно-тренировочный поход	2		
88.	2	Подготовка к соревнованиям по СТ	2		
89.	3	Изучение условных знаков на местности	2		
90.	4	Преодоление переправ в природной среде	2		
91.	6	Прохождение этапов пешеходной дистанции 1 класса	2		
92.	4	Узлы и их назначение	2		
93.	5	Учебно-тренировочный поход	2		
94.	6	Прохождение этапов пешеходной дистанции 1 класса	2		
95.	2	Общая физическая подготовка, упражнения на руки	2		
96.	3	Изучение условных знаков на местности	2		
97.	4	Преодоление переправ в природной среде	2		
98.	6	Участие в соревнованиях по спортивному туризму	2		
99.	5	Учебно-тренировочный поход	2		
100.	4	Обзор возможностей в спортивном туризме	2		
101.	6	Прохождение этапов пешеходной дистанции 1 класса	2		
102.	2	Общая физическая подготовка, упражнения на выносливость	2		
103.	4	Узлы и их назначение	2		
104.	2	Общая физическая подготовка, эстафеты с элементами спортивного туризма	2		
105.	5	Учебно-тренировочный поход	2		
106.	3	Изучение условных знаков на местности	2		
107.	4	Преодоление переправ в природной среде	2		
108.	4	Обзор возможностей в спортивном туризме	2		
109.	2	Общая физическая подготовка, командные игры	2		
110.	4	Техника безопасности при проведении сборов и походов	2		
111.	5	Учебно-тренировочный поход	2		
112.	5	Проверка, упаковка, взвешивание снаряжения. Продуктовая раскладка для выезда (составление, упаковка продуктов).	6		
113.	5	Техника безопасности при проведении сборов и походов. Движение по маршруту	6		
114.	5	Движение по маршруту. Преодоление препятствий. Выбор места для бивака.	6		
115.	5	Движение по маршруту. Преодоление препятствий. Выбор места для бивака.	6		
116.	5	Движение по маршруту. Преодоление препятствий. Выбор места для бивака.	6		
117.	5	Движение по маршруту. Преодоление препятствий. Выбор места для бивака.	6		
118.	5	Написание отчета о совершенном походе	3		
119.	5	Сдача снаряжения.	1		

№	№ темы по учебному плану	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	
				План	Факт
120.	7	Итоговое занятие	2		
Итого:			1-е полугодие:102ч.		
			2-е полугодие:120ч.		
			каникулы:42ч.		
			сумма: 264ч.		

Содержание программы учебного года

- **Тема № 1. Вводное занятие**
- Обзор возможностей в спортивном туризме. Составление индивидуальной траектории развития в выбранном виде туризма.
- **Тема № 2. Общая физическая подготовка**
- *Практика:* Упражнения, направленные на развитие равновесия, гибкости, силы, быстроты, общей выносливости. Силовые упражнения на развитие мышц спины, плечевого пояса, пресса, рук и ног. Специальные упражнения на развитие координации. Восстановительные упражнения, гигиена в спортивном туризме.
- **Тема № 3. Основы топографической подготовки**
- *Теория:* Виды карт, понятие масштаба карт и сечения рельефа, понятие азимута, условные знаки карт.
- *Практика:* Отработка теоретических знаний на практике – определение азимута и расстояния, движение по дистанции в заданном направлении – умение соотносить объекты на карте с местностью, движение по аварийному азимуту. Движение по маркированной трассе.
- **Тема №4 Теория совершения походов**
- *Теория:* Виды походов и категоричность. Особенности группового и личного снаряжения для выездных мероприятий, учёт и сдача снаряжения. Распределение ролей в походе, функции по должностям. Особенности составления маршрута похода, подготовки отчётных документов. Специфика физической подготовки.
- **Тема № 5. Походная практика**
- *Практика:* Оборудование бивуака. Преодоление естественных препятствий пешего маршрута. Вклад каждого участника, в зависимости от обязанностей, в составлении отчета о походе.
- **Тема № 6. Соревнования и подготовка к ним**
- *Теория:* Условия дистанций, подбор снаряжения. Работа на дистанции пешеходной в связках и группах, выработка командной тактики. Анализ выступления команды в целом и каждого лично, разбор ошибок.
- *Практика:* Подготовка к региональным соревнованиям Санкт-Петербурга по спортивному туризму. Контрольные тренировки. Участие в соревнованиях по спортивному туризму на пешеходных дистанциях. Отработка навыков движения по техническим этапам, блокам этапов, перестежки.
- **Тема № 7. Итоговое занятие**
- *Практика.* Итоги года. Анкетирование. Проведение зачета.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА 2ГОД ОБУЧЕНИЯ

Особенности организации образовательного процесса. Построение занятий на первом году обучения связано с физиологическими, психологическими и индивидуальными особенностями детей младшего возраста.

Задачи

Обучающие:

- способствовать формированию системы знаний по различным видам туризма;
- формировать умения необходимые для организации безопасного быта
- познакомить с различными видами снаряжения
- познакомить с правилами соревнований по спортивному туризму;
- способствовать формированию практическим умениям спортивного туризма
- знакомить с туристскими возможностями и достопримечательностями различных районов России;

Развивающие:

- развивать адаптационные качества;
- способствовать физическому развитию;
- расширять общекультурный кругозор через путешествия;

- развивать способности быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе, экстремальные ситуации

Воспитательные:

- воспитывать самостоятельность;
- способствовать повышению уровня коммуникативной культуры;
- воспитывать бережное отношение к природе;
- способствовать формированию здорового образа жизни;

Планируемые результаты

Предметные результаты:

- у учащихся будет сформирована система знаний по различным видам туризма;
- учащиеся будут знать туристские возможности и достопримечательности различных районов России;
- у учащихся будут сформированы умения необходимые для организации безопасного быта
- познакомятся с различными видами снаряжения
- познакомятся с правилами соревнований по спортивному туризму;
- у учащихся сформированы практические умения по спортивному туризму

Личностные результаты:

- Учащиеся развоят адаптационные качества;
- разовьются физически;
- расширят общекультурный кругозор через путешествия;

Метапредметные результаты:

- учащиеся приобретут самостоятельность;
- учащиеся повысят уровень коммуникативной культуры;
- учащиеся будут бережно относиться к природе;
- учащиеся повысят мотивацию вести здоровый образ жизни

Календарно-тематическое планирование 2 год обучения

№	№ темы по учебному плану	Тема занятия	Кол- во часов	Дата занятия	
				План	Факт
1	1	Вводное занятие. Инструктаж по охране труда	2		
2	4	Снаряжение для тренировок в природной среде	2		
3	3	Принципы работы с картой и компасом	2		
4	4	Снаряжение для однодневного выезда в лес	2		
5	4	Туристский бивак. Выбор места для костра, разведение, приготовление пищи	2		
6	5	Учебно-тренировочный поход	2		
7	6	Участие в соревнования по спортивному ориентированию	2		
8	6	Страховочная система, назначение ее элементов	2		
9	4	Групповое снаряжение для однодневного похода	2		
10	2	Подготовка к соревнованиям по спортивному туризму	2		
11	6	Участие в соревнования по спортивному туризму	2		
12	6	Участие в соревнования по спортивному туризму	2		
13	3	Дистанция по спортивному ориентированию в заданном направлении	2		
14	2	Общая физическая подготовка, беговые упражнения	2		
15	3	Дистанция по спортивному ориентированию по выбору	2		
16	2	Подготовка к соревнованиям по спортивному туризму	2		
17	6	Участие в соревнования по спортивному туризму	2		

№	№ темы по учебному плану	Тема занятия	Кол- во часов	Дата занятия	
				План	Факт
18	5	Учебно-тренировочный поход	2		
19	6	Участие в соревнования по спортивному туризму	2		
20	6	Разбор этапов дистанции - пешеходной 1 класса	2		
21	2	Упражнения для укрепления мышц спины и ног. Командные игры	2		
22	3	Границы полигона, аварийные выходы	2		
23	6	Дистанция - пешеходная 1 класса	2		
24	3	Дистанция по спортивному ориентированию в заданном направлении	2		
25	6	ВКС, работа в связках	2		
26	3	Условные знаки спортивных карт по группам	2		
27	6	Дистанция - пешеходная связка 1 класса	2		
28	4	Обзор возможностей в спортивном туризме	2		
29	4	Состав медицинской аптечки	2		
30	2	Общая физическая подготовка, упражнения на выносливость	2		
31	4	Ремонт личного снаряжения для лыжных выездов	2		
32	2	Упражнения для развития координации и ловкости.	2		
33	5	Учебно-тренировочный поход	2		
34	4	Походные должности и их особенности	2		
35	3	Игры с элементами спортивного ориентирования	2		
36	6	Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию	2		
37	2	Общая физическая подготовка, упражнения на пресс и спину	2		
38	2	Общая физическая подготовка, беговые упражнения	2		
39	6	Прохождение дистанции - пешеходной 1 класса	2		
40	2	Общая физическая подготовка, упражнения на руки	2		
41	4	Походные должности	2		
42	5	Учебно-тренировочный поход	2		
43	4	Узлы и их назначение	2		
44	4	Походные должности	2		
45	6	Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию	2		
46	2	Общая физическая подготовка, упражнения на выносливость	2		
47	4	Техника лыжного туризма. Спуск в заданную зону	2		
48	4	Снаряжение для лыжного выезда	2		
49	4	Техника лыжного туризма. Траверс склона	2		
50	2	Упражнения для укрепления мышц спины и ног. Командные игры	2		
51	6	Дистанция - пешеходная 1 класса группа	2		
52	6	Скалодром. Подъем, спуск с самостраховкой	2		
53	4	Выполнение простейших повязок	2		
54	6	Прохождение дистанции - пешеходной - связка	2		
55	2	Общая физическая подготовка, командные игры	2		
56	2	Общая физическая подготовка, упражнения на пресс и спину	2		

№	№ темы по учебному плану	Тема занятия	Кол- во часов	Дата занятия	
				План	Факт
57	4	Планирование нитки маршрута. Линейная, кольцевая и радиальная схема построения нитки маршрута.	2		
58	6	Организация сопровождения на этапах. Виды ТО	2		
59	5	Учебно-тренировочный поход	2		
60	6	Снаряжение для дистанций в природной среде	2		
61	2	Подготовка к соревнованиям по спортивному туризму	2		
62	6	Участие в соревнованиях по спортивному туризму	2		
63	6	Разбор блоков этапов дистанции - пешеходной 1 класса	2		
64	6	Разбор этапов дистанции	2		
65	2	Упражнения для развития координации и ловкости. Командные игры	2		
66	4	Техника лыжного туризма. Подъем, спуск различными способами	2		
67	6	Разбор дистанции пешеходная - связка	2		
68	4	Организация и разведение костра в зимних условиях	2		
69	2	Подготовка к соревнованиям по спортивному туризму	2		
70	6	Участие в соревнованиях по спортивному туризму	2		
71	6	Участие в соревнованиях по спортивному туризму	2		
72	6	Разбор дистанции пешеходная - группа	2		
73	3	Основы спортивного ориентирования: границы полигона, условные знаки	2		
74	3	Легенды в спортивном ориентировании. Инструктаж по охране труда	2		
75	6	Прохождение дистанции - пешеходной 1 класса	2		
76	6	Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию	2		
77	2	Общая физическая подготовка, упражнения на ноги	2		
78	4	Повязки при переломах. Транспортировка пострадавшего	2		
79	4	Преодоление переправ в природной среде	2		
80	3	Дистанция по спортивному ориентированию в заданном направлении	2		
81	4	Повязки при кровотечениях.	2		
82	5	Учебно-тренировочный поход	2		
83	4	Личное снаряжение для многодневных выездов	2		
84	6	Прохождение этапов пешеходной дистанции 1 класса	2		
85	4	Виды походов	2		
86	4	Личное снаряжение для многодневных выездов	2		
87	4	Навыки взаимодействия в команде в походных условиях	2		
88	2	Подготовка к соревнованиям по спортивному туризму	2		
89	3	Дистанция по спортивному ориентированию по выбору	2		
90	4	Преодоление переправ в природной среде	2		
91	6	Прохождение этапов пешеходной дистанции 1 класса в связке	2		
92	4	Разбор конкретных маршрутов, подготовка и проведение тренировочных походов	2		
93	4	Преодоление переправ в природной среде	2		

№	№ темы по учебному плану	Тема занятия	Кол- во часов	Дата занятия	
				План	Факт
94	5	Учебно-тренировочный поход	2		
95	2	Общая физическая подготовка, упражнения на выносливость	2		
96	3	Дистанция по спортивному ориентированию в заданном направлении	2		
97	5	Учебно-тренировочный поход	2		
98	2	Подготовка к соревнованиям по спортивному туризму	2		
99	6	Участие в соревнованиях по спортивному туризму	2		
100	6	Участие в соревнованиях по спортивному туризму	2		
101	4	Передвижение сложных участков (буреломы, брод, скальные участки)	2		
102	4	Соблюдение правил безопасности и правил поведения на маршруте	2		
103	5	Личное снаряжение для походов	2		
104	6	Прохождение дистанции - пешеходной 1 класса группой	2		
105	2	Общая физическая подготовка, командные игры	2		
106	3	Дистанция по спортивному ориентированию по выбору	2		
107	4	Преодоление переправ в природной среде	2		
108	5	Учебно-тренировочный поход	2		
109	4	Обзор возможностей в спортивном туризме	2		
110	2	Общая физическая подготовка, упражнения на пресс и спину	2		
111	3	Дистанция по спортивному ориентированию в заданном направлении	2		
112	5	Проверка, упаковка, взвешивание снаряжения. Продуктовая раскладка для выезда (составление, упаковка продуктов).	6		
113	5	Техника безопасности при проведении сборов и походов. Движение по маршруту	6		
114	5	Движение по маршруту. Преодоление препятствий. Выбор места для бивака.	6		
115	5	Движение по маршруту. Преодоление препятствий. Выбор места для бивака.	6		
116	5	Движение по маршруту. Преодоление препятствий. Выбор места для бивака.	6		
117	5	Движение по маршруту. Преодоление препятствий. Выбор места для бивака.	6		
118	5	Написание отчета о совершенном походе	3		
119	5	Сдача снаряжения.	1		
120	7	Итоговое занятие	2		
Итого:			1-е полугодие: 102ч.		
			2-е полугодие: 120ч.		
			каникулы: 42ч.		
			сумма: 264ч.		

Содержание программы учебного года

Тема № 1. Вводное занятие

Обзор возможностей в спортивном туризме. Составление индивидуальной траектории развития в выбранном виде туризма.

Тема № 2. Общая физическая подготовка

Теория: Разработка комплексов упражнений с учетом индивидуальных особенностей учащихся. Восстановительные упражнения, гигиена в спортивном туризме.

Практика: Общеразвивающие упражнения. Общая физическая подготовка, включающая комплекс разминки, общеукрепляющие силовые упражнения. Специальные беговые упражнения – для формирования правильной постановки стопы и подготовки к бегу в закрытых помещениях, в природной среде, по пересеченной местности, для повышения силы отталкивания, укрепления мышц ног и отработки правильного положения корпуса и рук.

Эстафеты с элементами спортивного туризма – встёжки, выстежки различных карабинов и других устройств, бухтовка верёвки, элементы организации перил, завязывание узлов на бегу. Упражнения для развития координации и ловкости. Упражнения для укрепления мышц спины и ног. Подвижные командные игры на взаимодействие, быстроту реакции.

Тема № 3. Основы топографической подготовки

Теория: Виды карт, понятие масштаба карт и сечения рельефа, понятие азимута, условные знаки карт. Границы полигона, аварийные выходы. Принципы работы с картой и компасом.

Практика: Отработка теоретических знаний на практике – определение азимута и расстояния, движение по дистанции в заданном направлении – умение соотносить объекты на карте с местностью, движение по аварийному азимуту. Движение по маркированной трассе. Дистанция по спортивному ориентированию в заданном направлении. Игры с элементами спортивного ориентирования. Изучение условных знаков на местности.

Тема № 4. Теория совершения походов

Теория: Виды походов и их категорирование. Особенности группового и личного снаряжения для выездных мероприятий, учёт и сдача снаряжения. Распределение ролей в походе, функции по должностям. Особенности составления маршрута похода, подготовки отчётных документов.

Специфика физической подготовки. Вклад каждого участника, в зависимости от обязанностей, в составлении отчета о походе. Состав медицинской аптечки для походов и однодневных выездов.

Техника лыжного туризма – какие бывают препятствия и способы их преодоления. Узлы и их назначение. Отчет о походе, вклад каждого участника в его создание. Составление продуктовой раскладки для степенного похода.

Тема № 5. Походная практика

Практика: Выбор места для постановки лагеря. Оборудование бивуака. Движение по маршруту, тренировка выносливости. Преодоление естественных препятствий маршрута в природной среде. Проверка, упаковка, взвешивание личного и группового снаряжения для многодневных выездов. Снаряжение для лыжного выезда. Ремонт личного снаряжения для лыжных выездов. Работа по должностям на однодневных выездах и походах. Подъем, спуск различными способами в плане изучения техники лыжного туризма. Спуск в заданную зону в плане изучения техники лыжного туризма. Траверс склона в плане изучения техники лыжного туризма.

Тема № 6. Соревнования и подготовка к ним

Теория: Условия дистанций, подбор снаряжения. Страховочная система, назначение ее элементов. Командная тактика. Выработка командной тактики. Анализ выступления команды в целом и каждого лично, разбор ошибок. Снаряжение для тренировок, соревнований в природной среде.

Практика: Личное прохождение дистанции пешеходной. Дистанция пешеходная – работа в связках, работа в группах. Подготовка и участие в соревнованиях по спортивному туризму на пешеходных дистанциях различного уровня. Контрольные тренировки – тестирование уровня готовности к конкретному соревнованию. Участие в соревнованиях по спортивному туризму на лыжных дистанциях. Отработка навыков движения по техническим этапам, блокам этапов, перестежки.

Тема № 7. Итоговое занятие

Практика. Итоги года. Анкетирование. Проведение зачета.

ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Используемые на занятиях педагогические технологии. Подача образовательного материала с помощью игровых методов, создание представления о многообразии активной деятельности в сфере спортивного туризма, предоставление возможности осознанного индивидуального выбора программы обучения для дальнейшего развития, технологии сотрудничества, дистанционные технологии, здоровьесберегающие технологии.

Используемые методы:

№	Группы методов	Метод	На что направлен
1	Словесные методы	Рассказ, беседа, лекция, сообщение, доклад, изложение материала, информирование, инструктаж	Формирование теоретических и практических знаний
2	Наглядные методы	Демонстрация, иллюстрации, карты, таблицы, диаграммы, фильмы, видео, оформление, мастер-классы	Развитие наблюдательности, стимуляция внимания к изучаемым вопросам, яркое воздействие на эмоциональную сферу
3	Практические методы	Практическая деятельность, тренинги, участие в соревнованиях	Развивают умение применить на практике полученные знания, усовершенствовать некоторые навыки
4	Дедуктивные методы	Экскурсии, путешествия, ознакомление с литературой и выявление конкретных вопросов	Развитие умений проанализировать явление, работу, фактический материал. Умение выделить главное и второстепенное
5	Методы самостоятельной работы	Выполнение заданий, работ без непосредственного участия взрослых: - с литературой - занятия по увлечению - инициатива - передача знаний другим	Для развития самостоятельной деятельности, умения самостоятельно трудиться, передать свои знания другим
6	Игровые методы	Спортивные командные игры, шуточные игры, участие в конкурсах туристской художественной самодеятельности	Развитие командного духа, углубление чувственных восприятий, многообразие впечатлений

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ИСТОЧНИКИ

Список рекомендованной литературы для педагога

1. Алексеев А. А. Питание в туристском походе. - М.:2011.
2. Бурцев В. П. Теоретические и практические пути решения некоторых задач спортивного ориентирования. - Академ. Принт, 2012.
3. Ганопольский В.И. Туризм и спортивное ориентирование. Учебник. - М.: Физкультура и спорт, 1983.
4. Гоголицын Ю, Гоголицына Т. Памятники архитектуры Ленинградской области. Стройиздат, Спб, 1987.
5. Гусенцова Т. Добрынина И. Путешествия по Выборгской стороне. СПб, Остров, 2007.
6. Даринский А.В. География Ленинградской области. СПб: Глагол, 2001.
7. Дрогов И.А. Подготовка инструкторов детско-юношеского туризма. Учебно-методическое пособие. – М.: ФЦДЮТиК, 2004.
8. Елоховский С.Б. Спортивное ориентирование на лыжах. - М.: 1981.
9. Захаров П. П.М. Начальная подготовка альпинистов ч.2 методика обучения. 2003.
10. Казанцев С. А. Теория и методика спортивного ориентирования: Учебник/С.А. Казанцев;

Национальный гос. Ун-т. Физ. Культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта. –СПб: изд-во НГУ им. П. Ф. Лесгафта, 2013.

11. Квалификационные требования к судьям по спортивному туризму. Приказ МИНСПОРТА РОССИИ от 14 июля 2016 г. N 855.
12. Коган В. Г. Соревнования по технике горного туризма. - М.: ЦРИБ "Турист", 1983.
13. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. - М.: Физкультура и спорт, 2008.
14. Константинов Ю. С. Детско-юношеский туризм. Учебно-методическое пособие. - М.: ФЦДЮТ и К, 2006.
15. Константинов Ю. С., Куликов В. М. Педагогика школьного туризма: Учебно-метод. пособие. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002.
16. Константинов Ю.С. Туристские слёты и соревнования обучающихся. Учебно-методическое пособие. - М.: ЦДЮТ и К МО РФ, 2000.
17. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная Правительством РФ 4 сентября 2014г. №1726-р.
18. Косторуб А.Н. Медицинский справочник туриста - М.: Профиздат, 1987.
19. Лукоянов П.И. Безопасность в лыжных походах и чрезвычайных ситуации зимних условий. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1998.
20. Лукоянов П.И. Зимние спортивные походы. Практическое руководство. - М.: Издательство «Физкультура и спорт», 1988.
21. Маслов А. Г., Константинов Ю. С., Латчук В.Н. Способы автономного выживания человека в природе. – М.: Академия, 2004.
22. Михайлов Б. А. Туризм и профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. – СПб.: СПбГУ, 2001.
23. Нетков П. Азбука одноверевочной техники. София 1981.
24. Обеспечение безопасности туристских походов и соревнований подростков. – СПб.: Петрополис, 2012.
25. Организация и подготовка туристского похода. – М.: ЦРИБ "Турист", 1986.
26. Организация и проведение ПСР силами туристской группы. - М.: ЦРИБ Турист, 1981.
27. Плечко Л. Водные Маршруты Ленинградской области. Л.: Лениздат, 1978.
28. Правила по виду спорта «Спортивный туризм». Утверждены приказом Минспорта от 22 июля 2013.
29. Разрядные требования по виду спорта Спортивный туризм. Приказ МИНСПОРТА РОССИИ от 18 сентября 2014 г. N 781 "О внесении изменений в единую Всероссийскую спортивную классификацию, утвержденную приказом министерства спорта Российской Федерации от 06.09.2013 № 715".
30. Самодельное туристское снаряжение для лыжных походов: Лыжи, Крепления, Обувь, Бахилы, Лыжные палки. - Л.: ЛоСпТиЭ, 1985.
31. Сборник нормативно-правовых актов по туристско-краеведческой работе, организации отдыха детей и молодёжи. - М.: ФЦДЮТиК, 2006.
32. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года//Распоряжение правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р.
33. Тактика горного туризма. (Методические рекомендации). – Лениздат, 1990.
34. Техника обеспечения безопасности туристских походов и соревнований подростков /под ред. Губаненкова С. М., Издательский дом «Петрополис», СПб, 2013.
35. Тыкул В.И. Спортивное ориентирование. - М.: Просвещение, 2010.
36. Федотов Ю.Н., Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм Учебник для вузов/Ю.Н. Федотов, Ю.С. Константинов., под ред. профессора В.А. Таймазова-СПб.,НГУ ФКСЗ им. П.Ф. Лесгафта, 2013.
37. Циперсон Э. Е., Лабути А. Н. Соревнования по ТЛТ для школьников СПб. (Методические указания для судей и участников). - ГО Молодежное, 1995.
38. Шальков Ю.Л. Здоровье туриста. – М.: Физкультура и спорт. 1987.
39. Ширинян А.А., Иванов А. В. Современная подготовка спортсмена-ориентировщика: учебно-методическое пособие// советский спорт, Москва, 2010-с 50–68

Список рекомендованной литературы для обучающихся

1. Алексеев А. А. Питание в туристском походе. - М.:2011.
2. Андреев Г. Г. Первая медицинская помощь. - СПб.: 2005.

3. Балабанов И. В. Узлы. - М.: 1998.
4. Гусенцова Т. Добрынина И. Путешествия по Выборгской стороне. СПб, Остров, 2007.
5. Даринский А.В. География Ленинградской области. СПб: Глагол, 2001.
6. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. - М.: Физкультура и спорт, 2008.
7. Правила по виду спорта «Спортивный туризм». Утверждены приказом Минспорта от 22 июля 2013.
8. Физическая тренировка в туризме. - М.: Турист, 2011.
9. Хазанович К. К. Геологические памятники Ленинградской области – Л.: ЛЕНИЗДАТ, 1982.
10. Энциклопедия туриста. - М.: БРЭ, 1993.

Интернет-ресурсы

1. Официальный сайт ГБОУ «Балтийский берег» - www.balticbereg.ru/
2. Федерация спортивного туризма в России – Туристско-спортивный союз России (ТССР) - <http://www.tssr.ru/>
3. Портал об экстриме и путешествиях - <http://www.toplimit.ru/>
4. Санкт-Петербургский туристский клуб - <http://www.touristclub.ru/federation/contact>
5. Спортивный туризм - <http://www.carabin.ru/>
6. Спортивное ориентирование в Санкт-Петербурге и Ленинградской области <http://o-site.spb.ru/>
7. Федерация спортивного туризма Санкт-Петербурга <http://rfstspb.ru/>
8. Сервер материалов по походам и путешествиям <http://skitalets.ru/>
9. Сервис по подготовке к походу <http://predpohod.ru/>

Электронные образовательные ресурсы

Тема/ раздел	Название ресурса	ссылка
Условные знаки спортивных карт. Искусственные объекты	Google-диск	https://docs.google.com/presentation/d/1MtBP9kkYdnBkDQKldYijK9XEMjflAhXj/edit?rtfpof=true
Условные знаки спортивных карт. Гидрография	Google-диск	https://docs.google.com/presentation/d/19e4gYdjD2U2TzOglrViI_IsVjVgXd_xe/edit?usp=drive_web&ouid=110182009827404207683&rtfpof=true
Условные знаки спортивных карт. Растительность	Google-диск	https://docs.google.com/presentation/d/1UbsxMpmYW1Q6o0cMdy16h2WkxsJ7Qu0m/edit?slide=id.p1#slide=id.p1
Условные знаки спортивных карт. Рельеф	Google-диск	https://docs.google.com/presentation/d/1QC5yZM32DDPPIiKAWKlqlnUkGOHWUrFh/edit?slide=id.p1#slide=id.p1
Условные знаки спортивных карт. Скалы и камни	Google-диск	https://docs.google.com/presentation/d/1xNWm2L7F-SWrKWMYJPz3-63f2ir3qNBt/edit?rtfpof=true
Условные знаки спортивных карт. Элементы дистанций	Google-диск	https://docs.google.com/presentation/d/1Fax9kYIn08A8xYqQinpkDaAPQ9ybsyqo/edit?slide=id.p1#slide=id.p1
Узлы и их назначение	Google-диск	https://docs.google.com/presentation/d/1U9hP0daYJGHtBPaelmFVNZkK8mYflBEt/edit?slide=id.p1#slide=id.p1
Виды туризма	Google-диск	https://drive.google.com/drive/folders/1hDJG5xkOMrANXsEnSSmDkjtJ9SyI12I?hl=ru

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Предметная диагностика проводится в следующей форме:

- Проведение зачетов по узлам.
- Выполнение нормативов по общей физической подготовке (основанных на нормах комплекса ГТО для каждого возрастного периода).
- Выполнение тестовых заданий по ориентированию, технике, тактике различных видов туризма.
- Участия в соревнованиях.

Психолого-педагогическая диагностика предполагает:

- Ведение дневника педагогического наблюдения – диагностика коммуникативных, эмоционально-волевых свойств личности.
- Диагностика мотивации выбора объединения, определение склонностей и интересов.
- Социально-психологическая анкета, направленная на диагностику результативности нестационарного мероприятия.
- Диагностика групповой сплоченности.
- Диагностика творческого мышления.

Виды и формы контроля

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной и текущий контроль, промежуточный и итоговый контроль.

Вид контроля	Форма контроля	Форма проведения	Форма фиксации	Периодичность
Входной контроль - оценка стартового уровня образовательных возможностей учащихся при поступлении в объединение или осваивающих программу 2-го и последующих лет обучения, ранее не занимающихся по данной дополнительной общеразвивающей программе.	Беседа	Опрос	Диагностическая карта	1 раз в начале обучения
Текущий контроль - оценка уровня и качества освоения тем программы.	Педагогическое наблюдение Педагогический анализ	Выполнение нормативов; Соревнования, слеты Поход	Дневник достижений	В течение всего учебного года
Промежуточный контроль - оценка уровня и качества освоения обучающимися дополнительной общеразвивающей программы	Педагогический анализ	Тест Поход Письменная защита маршрута	Диагностическая карта	В конце каждого учебного года
Итоговый контроль - оценка уровня и качества освоения обучающимися дополнительной общеразвивающей программы по завершению всего периода обучения	Педагогический анализ	Поход Письменная защита маршрута Тест	Диагностическая карта Дневник достижений	В конце обучения

При вступлении учащегося в объединение проводится входной контроль в виде опроса для понимания педагогом начального уровня и интересов ребенка

Опросник

- 1) Фамилия, имя
- 2) Сколько тебе полных лет
- 3) Занимался ли ты ранее в каких-то спортивных кружках (если да, то в каких, как долго и почему решил уйти)
- 4) Знаешь ли ты что такое туризм?
- 5) Что именно тебя привлекло в туризме?
- 6) Любишь ли ты путешествовать?
- 7) Придумай для себя цель на первый год занятий (например поход выходного дня, научиться разводить костёр и тп), и давай вместе учиться – добро пожаловать!

Текущий контроль

№ п/п	Название раздела, темы	Показатели оценки
1	Общая физическая подготовка	Нормативы в соответствии с возрастом
2	Основы топографической подготовки	Знания условных знаков, умение работать с компасом, знания о разных видах дистанций в спортивном ориентировании и умение их проходить в соответствии с этапом обучения.
3	Теория совершения походов	Знание терминов, выполнение практико-ориентированных заданий
4	Походы	Прохождение похода в соответствии с годом обучения и походным опытом. Знания о походных должностях и умения их выполнять.
5	Соревнования и подготовка к ним	Результаты соревнований и их анализ, выполнение разрядов

Формы подведения итогов реализации образовательной программы:

- опрос;
- зачет – на итоговом занятии;
- участие в соревнованиях;
- участие в степенных и категорийных спортивных туристских походах, а также путешествиях и экспедициях;
- фотоотчеты, устные и письменные отчеты о походах и экспедициях;
- участие в городском конкурсе походов и экспедиций «По родной стране».

Система контроля результативности обучения с описанием форм и средств выявления, фиксации и предъявления результатов обучения, а также их периодичности

Диагностика результатов обучения по образовательной программе проводится 2 раза в год (в конце каждого полугодия). Она проводится по 15 показателям (по 5 в каждой области):

O1, O2, O3, O4, O5 – показатели результативности освоения образовательной программы в соответствии с задачами в области обучения.

P1, P2, P3, P4, P5 – показатели результативности освоения образовательной программы в соответствии с задачами в области развития

B1, B2, B3, B4, B5 – показатели результативности освоения образовательной программы в соответствии с задачами в области воспитания.

По каждому показателю определено содержательное (словесное) описание градаций, соответствующее количественному выражению (2-высокий уровень, 1-средний уровень, 0 – низкий, незначительный уровень).

На 1 году обучения обучающиеся могут быть оценены по следующим показателям:

Показатель	Высокий	Средний	Низкий
------------	---------	---------	--------

Показатель	Высокий	Средний	Низкий
О1: Сформированность системы знаний по различным видам туризма	познакомился на практике с "дистанцией пешеходной" и "пешеходным маршрутом" (походом выходного дня), знает, чем отличаются, может перечислить этапы дистанции	познакомился на практике с "дистанцией пешеходной" и "пешеходным маршрутом" (походом выходного дня)	познакомился на тренировке с "дистанцией пешеходной" и "пешеходным маршрутом" в теории
О2: Знания туристских возможностей и достопримечательностей родного края	посещал и может рассказать и показать на карте Ленинградской области более 2-х туристских объектов	посещал и может назвать 1–2 туристских объекта Ленинградской области	посещал 1–2 туристских объекта Ленинградской области
О3: Умения необходимые для организации и безопасного совершения туристских мероприятий	всегда выполняет требования руководителя, знает и соблюдает правила техники безопасности	умеет выполнять требования руководителя, соблюдает правила техники безопасности	не всегда выполняет требования руководителя, соблюдает правила техники безопасности
О4: Техника и тактика прохождения пешеходных дистанций	умеет разворачивать карту по компасу, ориентироваться по дорожной сети, справляется с прохождением всех этапов пешеходной дистанции 1 класса в контрольное время	умеет разворачивать карту по компасу, справляется с прохождением всех этапов пешеходной дистанции	не может следить за ориентацией карты, испытывает затруднения на некоторых этапах пешеходной дистанции 1 класса
О5: Знание правил соревнований по спортивному туризму	не допускает нарушений правил старта и финиша	знает правила старта и финиша, но допускает ошибки на практике	плохо знает правила старта и финиша
Р1: Развитость адаптационных качеств	сохраняет хорошее настроение, высокую работоспособность невзирая на сложности похода	испытывает значительные затруднения, влияющие на настроение и работоспособность, но в целом справляется с ними	бросает выполнение задания из-за дискомфорта, делает только то, что легко
Р2: Уровень физического развития	при выполнении упражнений следит за техникой даже на фоне усталости	старается правильно выполнять упражнения, но временами теряет самоконтроль	при выполнении упражнений отсутствует самоконтроль, выполняет только если на него смотрит педагог

Показатель	Высокий	Средний	Низкий
Р3: Кодекс путешественника	по мере своего опыта исполняет кодекс путешественника	сделал для себя выписки из кодекса	познакомился с текстом кодекса
Р4: Широта общекультурного кругозора	активно общается с обучающимися других объединений на совместных мероприятиях	получил представление о количестве сверстников-соперников на городских соревнованиях	редко участвует в соревнованиях
Р5: Развитость способности быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе, экстремальные ситуации	проявил себя в сложной (проблемной) ситуации, вышел с достоинством	в сложных ситуациях не проявляет активности, помогает (или не мешает) решать проблему другим	в сложной ситуации впадает в панику или ступор, проявляет деструктивную активность
Р5: Развитость способности быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе, экстремальные ситуации	проявил себя в сложной (проблемной) ситуации, вышел с достоинством	в сложных ситуациях не проявляет активности, помогает (или не мешает) решать проблему другим	в сложной ситуации впадает в панику или ступор, проявляет деструктивную активность
В1: Уровень самостоятельности	обучающийся выполняет самостоятельно всё, что может быть исполнено им самим	самостоятельно собирает рюкзак, надевает страховочную систему, следит за временем, участвует в работе по организации бивуака	требуется помощи взрослых при выполнении того, что должно быть исполнено им самим
В2: Уровень коммуникативной культуры	знает всех по именам, умеет делиться едой, бережно относиться как к своему, так и к чужому личному снаряжению, умеет принимать помощь от других, помогает сам	знает всех по именам, но на общение и взаимопомощь идет избирательно	не идет на общение с другими обучающимися, пользуется помощью других, сам же не готов делиться, помогать
В3: Бережное отношение к природе	активно участвует в уборке леса, проявляет инициативу	участвует в уборке стоянки, полигона по первому требованию	отлынивает от уборки стоянки, полигона
В4: Сформированность здорового образа жизни	понимает взаимосвязь между: здоровьем, активным движением, свежим воздухом,	выполняет требования педагога к форме одежды и поведению на занятии, как в помещении, так и на	неправильно одевается, мерзнет или мокнет из-за невыполнения

Показатель	Высокий	Средний	Низкий
	погодными условиями, соответствующей одеждой и действует правильно	природе	указаний педагога, нарушения дисциплины
В5: Самооценка	постоянно адекватно себя оценивает	в большинстве случаев адекватно себя оценивает	не умеет себя адекватно оценивать

По результатам итоговых занятий и оценке работы обучающихся в течение полугодия заполняется **форма диагностики образовательной программы**: ФИ обучающихся отдельно по каждой группе; графы оценки по каждому обучающемуся и каждому показателю. Затем:

- Подсчитывается общее количество баллов по каждому обучающемуся (графа *уровень освоения программы*). Максимально возможное значение – 30. В скобках указать уровень освоения в соответствии с ниже приведенной градацией:
13–26 – высокий
7–13 – средний
6 – низкий
Менее 6 – программа не освоена
- Подсчитывается средний балл по каждому показателю (графа *средний балл*) – сумма баллов всех обучающихся по данному показателю, разделенная на количество обучающихся. Максимально возможное значение – 2.
- Подсчитывается общий балл каждого раздела (графа *сумма*) – сумма средних баллов в каждой группе показателей. Максимально возможное значение – 10.

После этого пишутся выводы по результатам проведенной диагностики с указанием планов дальнейшей работы (необходимость корректировки, прогнозы дальнейшего обучения, выявления проблемных мест, анализ возможных причин низких показателей, особенности конкретной группы, выявление одаренных детей и т. п.).

Дата проведения диагностики	Дата заполнения
-----------------------------	-----------------

Учащийся №	Показатели освоения обучающих задач				Показатели освоения развивающих задач						Показатели освоения воспитательных задач					Уровень освоения программы
	O1	O2	O3	O4	P1	P2	P3	P4	P5	P6	B1	B2	B3	B4	B5	
1.																
2.																
3.																
4.																
5.																
6.																
7.																
8.																
9.																
10.																
11.																
12.																
13.																
14.																
15.																
Средний балл																
Сумма																