

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР
«ЛЕСНАЯ ПОЛЯНА» ГОРОДА СТАВРОПОЛЯ**



**УТВЕРЖДАЮ
И.о.директора МАУ ДО
ДООЦ «Лесная поляна»**

_____ **Т.А.Нарумова**
« _____ » _____ **2021 г.**

**КРАТКОСРОЧНАЯ ИНДИВИДУАЛЬНАЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«ОСНОВЫ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА»

**Возраст обучающихся – 11-12 лет
Срок реализации – 2 месяца
05 апреля – 31 мая 2021 года**

ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

**Составители:
Фомич Юлия Васильевна,
педагог дополнительного образования,
Нарумова Татьяна Александровна,
исполняющий обязанности директора
МАУ ДО ДООЦ «Лесная поляна»**

Ставрополь, 2021 год

Пояснительная записка

Программа по туризму и краеведению имеет туристско–краеведческую направленность, является одним из основных звеньев образовательно – воспитательной системы и рассчитана, в том числе на индивидуальное дистанционное обучение.

Данная программа является модифицированной, дополненной и адаптированной к новым условиям образовательной среды. Программа разработана в соответствии с Федеральным законом об образовании в Российской Федерации и с Примерными требованиями к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей, с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта начального общего и основного общего образования.

Программа учитывает возрастные и индивидуальные особенности обучающихся при занятиях спортивным туризмом, основана на принципах спортивной подготовки спортсменов, результатах научных исследований, передовой практике.

Индивидуальная программа способствует максимальному раскрытию потенциальных возможностей одаренных детей, в том числе совершенствование системы выявления одаренности с раннего возраста, развития, оказания адресной поддержки каждому ребенку, проявившему незаурядные способности. Разработка индивидуальных образовательных маршрутов, с учетом специфики творческой, спортивной и интеллектуальной одаренности ребенка, способствует формированию личностного и профессионального самоопределения. Ведь основное назначение работы с одаренными детьми заключается не в том, чтобы заранее предвидеть будущие успехи таких детей, а в том, чтобы уже на ранних сроках развития их творческих способностей обеспечить уровень нагрузки, а также виды и формы деятельности, соответствующие их способностям.

Новизна и актуальность программы

Наш двадцать первый век далеко шагнувшего вперед технического прогресса принес с собой множество негативных факторов, влияющих на здоровое развитие детей и подростков, поэтому составляющей программы по туризму и краеведению стал Здоровый Образ Жизни, который реализуется за счет введения в образовательную программу здоровьесберегающих методик и технологий, ведущих обучающихся к постепенному физическому совершенствованию и формированию выносливости. Все это является важным фактором повышения мотивации к образовательно-воспитательной деятельности обучающихся объединения.

Одарённый ребенок – это ребенок, который выделяется яркими, очевидными, иногда выдающимися достижениями (или имеет внутренние предпосылки для таких достижений) в том или ином виде деятельности. На сегодняшний день большинство психологов признает, что уровень, качественное своеобразие и характер развития одаренности – это всегда результат сложного взаимодействия наследственности (природных задатков) и

социальной среды, опосредованного деятельностью ребенка (игровой, учебной, трудовой). При этом особое значение имеют собственная активность ребенка, а также психологические механизмы саморазвития личности, лежащие в основе формирования и реализации индивидуального дарования.

Настоящая программа предполагает переход к индивидуальному, в том числе дистанционному обучению в системе дополнительного образования с целью расширения возможностей учащихся к осуществлению обучения и развитию творческой деятельности, адаптации процесса обучения к новой образовательной среде и условиям.

Обучение по программе интегрировано со школьным курсом, опираясь на знания, полученные в школе, расширяет и дополняет изучаемые предметы: основы безопасности жизнедеятельности, физическая культура, география, трудовое обучение, информатика.

Данная модель (единое образовательное пространство) уже сейчас действенна в учреждениях дополнительного образования детей. Во главе единого образовательного пространства, которое направлено, прежде всего, на формирование качеств личности, помогающих обучающемуся в приобретении системы знаний, учитывая

- желание обучающегося;
- его базовую подготовленность;
- мотивационную устойчивость к выбранному направлению;
- особенности психофизического развития;
- запросов и потребностей социума;
- реальных возможностей учреждения.

Программа разрабатывалась в соответствии со спецификой края, социально-психологическими потребностями обучающихся. Она является одним из звеньев образовательно-воспитательной системы и рассчитана, прежде всего, на создание условий для формирования устойчивого желания обучающихся вести здоровый образ жизни, стремления к саморазвитию и самореализации в социуме через социализацию, строящуюся на

- укреплении своего здоровья и стремлении вести здоровый образ жизни;
- повышении образовательного уровня в общеобразовательной школе для большей результативности;
- занятости обучающегося в объединении, позволяющей ему уйти от неблагоприятной среды, оградив себя тем самым от праздной жизни, которая ведет к правонарушениям.

В современных условиях реализации образовательного процесса появляется возможность перевода большей части работы в электронный формат: ведение документации, заполнение различных дневников, участие в онлайн соревнованиях и марафонах, организация и проведение тестирований (том числе в форматах онлайн и офлайн).

Отличительные особенности программы.

Отличительной особенностью индивидуальной программы является то, что она дает представление о туристско-краеведческой деятельности в целом, нацелена на подготовку обучающихся к участию в массовых туристско - краеведческих мероприятиях, подготавливает спортсменов высокой квалификации.

Педагогическая целесообразность подчеркивает прагматическую важность взаимосвязи выстроенной системы процессов обучения, развития, воспитания и их обеспечения.

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

Если нам, живущим на Российской земле, не чтить и не любить то, что веками создавали предки, мы не получим духовной подпитки, необходимой для процветания нашей жизни, для передачи самобытной культуры России будущим поколениям.

Региональный компонент

Ставропольский край в силу геополитического и географического расположения имеет свои особенности: на его территории проживает более 35 национальностей, сохранивших свои духовные и культурные традиции. Нашими географическими соседями являются Грузия, Кабардино-Балкария, Северная Осетия, Чечня, Дагестан, Калмыкия, Адыгея. Народы, исторически проживая на одной территории, заимствуют элементы культуры друг у друга. Наиболее благоприятные условия для изучения традиций складываются в детском многонациональном коллективе. Здесь дети раскрывают в совместной творческой деятельности духовное и культурное наследие своих семей, узнают этнические особенности быта, исследуя родословную семьи, передавая в изделиях национальный колорит. Со времен Екатерины II наш край является южным форпостом России. До сих пор казачество - основной носитель культуры на Ставрополье, включающий все рациональные элементы быта и костюма окружающих народов.

Психологическое сопровождение программы:

Психологические процессы возраста (11-12 лет) находятся в стадии - совершенствования: происходят важные процессы, связанные с перестройкой памяти - активно начинает развиваться логическая память, которая в период развития подростка становится основной, - наряду с произвольной и опосредованной. В этот период исследователями отмечается прирост продуктивности непосредственного и одновременное увеличение

опосредованного запоминания, что является одним из условий занятий туризмом.

В развитии мышления характерной чертой подросткового возраста является психологическая готовность и фактическая способностью к различным видам научения. Этот возраст отличает склонность к экспериментированию, тяга к самостоятельности и оригинальности мышления. Наблюдается повышенная интеллектуальная активность подростков, их выраженное стремление проникнуть в суть вещей. Предметно-познавательные интересы детей этого возраста за пределами школьной программы. Они избирательны и самостоятельны в обучении.

Психологические особенности развития познавательной сферы у одаренного ребёнка. Можно выделить следующие важные компоненты психологического развития одаренного ребенка.

Любопытство-любопытность-познавательная потребность. При воспитании одаренного ребенка очень важно, чтобы любопытство вовремя переросло в любовь к знаниям – «любопытность», а последняя – в устойчивое психическое образование – «познавательную потребность».

Высокий уровень развития логического мышления. Способность мыслить логически – основная характеристика одаренного ребенка. Одаренные дети в целом действительно отличаются от большинства других высоким уровнем развития этой способности. Это очень важная, но все же, не единственная характеристика одаренности.

Познавательная самостоятельность. Это стремление к постоянному углублению в проблему, т.е. способность видеть в предмете нечто новое, такое, что не видят другие.

Познавательные возможности учащихся включают в себя такие понятия как способности, талант, одарённость, гениальность.

Оригинальность мышления. Оригинальность ярко выражается в характере и тематике самостоятельных рисунков, сочинении историй, конструировании и других продуктах деятельности детей.

Способность к прогнозированию. Одаренным детям в значительной большей степени, чем их сверстникам, свойственны способности к прогнозированию, предвосхищению.

Высокая концентрация внимания. Это качество проявляется у одаренных детей довольно рано. Ребенок часто бывает, поглощен заинтересовавшим его занятием настолько, что его практически невозможно отвлечь от дела, причем заниматься им он способен длительное время, может возвращаться к нему в течение нескольких дней.

Интересы и склонности одаренных детей имеют также свои специфические особенности. Одна из них – устойчивость. Проявляется она в характерном упорстве к достижению цели, высокой преданности делу, что служит одним из самых важных индикаторов одаренности.

Учитывая психофизиологические особенности обучающихся этого возраста, программа предусматривает развитие профессиональных умений и навыков, характерных специфике работы и формированию определенного

уровня интеллекта, так как без достаточно высокого уровня общего интеллектуального развития немислимы значительные успехи в любой «взрослой» деятельности.

Большое место в программе занимает развитие специальных способностей обучающихся, являющихся базой для множества видов разнообразной профессиональной деятельности.

Цели и задачи

Основной целью является создание комфортных условия для получения знаний, приобретения умений и развития навыков в новых образовательных условиях. Важным фактором становится контроль непрерывности образовательного процесса в новых социально-гигиенических условиях развития общества.

Цель: сформировать полноценную психически, всесторонне развитую и физически здоровую личность, способную к саморазвитию и самоопределению в социуме через:

- знакомство обучающихся с основами знаний о туристско-краеведческой деятельности;
- усвоение знаний и умений, необходимых для участия в пешем походе;
- сформированность у обучающихся личного опыта, необходимого для дальнейшей самостоятельной жизни в обществе;
- социальную адаптированность подростков в современном социуме;
- сформированность эмоционально – ценностного отношения к изменяющемуся миру, людям, самому себе.

Задачи:

Обучающие – овладение обучающимися знаниями, умениями, навыками, необходимыми для пешего перехода первой и второй категорий сложности и участия в соревнованиях по ориентированию в соответствии с требованиями класса массовых разрядов в своей возрастной группе. Выработать у обучающихся навыки самостоятельной работы с картой и компасом.

Воспитывающие – формирование усердия, трудолюбия, целеустремленности.

Развивающие – развитие познавательных, физических, нравственных способностей обучающихся посредством формирования потребности к здоровому образу жизни. Развитие у обучающихся стремления к самосовершенствованию через самоопределение и самоутверждение, то есть формирование личности обучающегося основывается на психологических блоках в следующей последовательности: «личность», «мир», «идеал», «разум», «смысл», «свобода» и «сопричастность».

Данная программа отличается от уже существующих применением широкого спектра методов дистанционного обучения. Так же она приведена в соответствии с современными требованиями, в ней переработаны некоторые преж-

ние подходы и положения программы, учтены рекомендации новых нормативных документов по вопросам обучения, воспитания, развития и адаптации детей к реалиям современной жизни.

Рассчитана на обучение детей 11-12 лет, срок реализации - 2 месяца. Программа является подготовительной к двухгодичной программе обучения и рассчитана на 8 часов.

Программа выполняет обучающую, развивающую, эстетическую, диагностическую, коррекционную функции. Изучаются стартовые возможности и динамика развития ребенка в образовательном процессе.

Программа предполагает овладение знаниями, умениями и навыками в области техники туристических походов, топографии и ориентирования, организации туристского быта, элементарной медицины, краеведения, которые создают условия для самоопределения обучающихся в социуме.

Обязательным разделом программы является спортивное ориентирование на местности с компасом и картой. Ориентирование - необходимый и обязательный элемент действий в туристском походе, поэтому занятия спортивным ориентированием совершенствует умения обучающихся передвигаться по незнакомой местности с помощью компаса и карты. Ориентирование носит также большой оздоровительный потенциал – занятия, как правило, проходят на открытом воздухе, в лесной зоне. Сочетание туризма и ориентирования имеет огромное значение для формирования таких способностей обучающихся, как умение принимать верные решения в сложных жизненных ситуациях. Соединение в одном спортивном маршруте коллективных и индивидуальных действий обучающихся позволяет педагогу формировать умение подростков жить и трудиться как в коллективе, так и самостоятельно; умение принимать нужные решения в сложных условиях жизни и нести за них личную ответственность.

Формы и методы работы:

Обучение проходит очно, при необходимости возможен переход на дистанционные методы, средства и формы обучения (учебные книги; сетевые учебно-методические пособия, компьютерные обучающие системы в обычном и мультимедийном вариантах, аудио и видео учебно-информационные материалы, лабораторные дистанционные практикумы, тренажеры с удаленным доступом, базы данных и знаний с удаленным доступом; электронные библиотеки с удаленным доступом.

Формы:

- Соревнования;
- Мини-соревнования;
- Занятия на открытой площадке.

Методы:

- Диагностические,
- Организационные,

- Мобилизационно-побудительные,
- Коммуникативный,
- Методы формирующего воздействия
- Координации и коррекции,
- Совершенствования.

Формы контроля и подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы

В соответствии с Уставом эффективность процесса обучения отслеживается в системе разнообразных срезов и форм аттестаций:

- а) входного контроля (тесты, опрос и др.);
- б) промежуточной аттестации (мини-выставки обязательных работ по пройденным темам с самооценкой, участие в обязательных творческих конкурсах и др.);
- в) итоговой аттестации (защита проектов, личные выставки, рефераты и др.).

Результаты деятельности обучающихся заносятся в творческие книжки (самооценка деятельности), оформляются в портфолио.

Выпускник краткосрочной программы – это замотивированная на дальнейшее обучение, активная творческая личность, обладающая способностью к саморазвитию и совершенствованию.

Предусматривается обязательное проведение занятий по технике безопасности на рабочем месте.

Учебно-тематический план

| № п/п | Содержание | 1 год обучения | | |
|----------|--|----------------|----------|----------|
| | | Всего | Теория | Практика |
| 1 | <i>Основы туристской подготовки.</i> | 2 | 1 | 1 |
| 1.1 | Туристские путешествия, история развития спортивного туризма в крае, в России. | 1 | 1 | - |
| 1.2 | Личное и групповое туристское снаряжение. | 1 | - | 1 |
| 2 | <i>Топография и ориентирование</i> | 2 | 1 | 1 |
| 2.1 | Понятие о топографической и спортивной карте. Условные знаки. Действия в случае потери ориентировки. | 1 | 1 | - |

| | | | | |
|-----|---|----------|----------|----------|
| 2.2 | Компас, работа с компасом Измерение расстояний. Способы ориентирования. Проверка уровня знаний и умений. | 1 | - | 1 |
| 3 | Общая и специальная физическая подготовка. | 4 | 1 | 3 |
| 3.1 | Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений, предупреждение спортивных травм на тренировках. Проверка уровня знаний и умений. | 1 | 1 | - |
| 3.2 | Общая физическая подготовка. | 1 | - | 1 |
| 3.3 | Специальная физическая подготовка. | 2 | - | 2 |
| | Всего | 8 | 3 | 5 |

Содержание программы

1. Основы туристской подготовки.

Теоретические занятия.

1.1. Туристские путешествия, история развития туризма.

Туризм — средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, привития самостоятельности, трудовых и прикладных навыков. История развития туризма в России. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, спелеотуризм. Характеристика каждого вида. Понятие о спортивном туризме.

Разрядные нормативы по спортивному туризму, спортивному ориентированию, туристскому многоборью.

1.2. Личное и групповое туристское снаряжение

Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для одно-трехдневного похода, соревнований, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Как готовить личное снаряжение к походу, соревнованиям.

Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Походная посуда для приготовления пищи. Топоры, пилы. Состав и назначение ремонтной

аптечки. Хозяйственный набор: оборудование для костра, рукавицы, ножи, половник и др.

Практические занятия.

Укладка рюкзаков, подгонка снаряжения, блокировка систем. Работа со снаряжением, уход за снаряжением, его ремонт.

1.2. Подготовка к походу, соревнованиям. Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий.

Теоретическое занятие

Составление плана подготовки похода, соревнований. Подготовка и проверка документов. Разрядные книжки спортсменов, оформление заявки.

Разработка маршрута, составление плана-графика движения. Подготовка личного и общественного снаряжения. Меры безопасности при проведении занятий в помещении, на улице. Правила поведения при переездах группы на транспорте. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Использование простейших узлов и техника их вязания.

Правила поведения в незнакомом населенном пункте. Взаимоотношения с местным населением.

2. Топография и ориентирование.

2.1. Понятие о топографической и спортивной карте. Условные знаки.

Теоретическое занятие

Назначение спортивной карты, ее отличие от топографической карты. Масштабы спортивной карты. Способы и правила копирования карт. Защита карты от непогоды в походе, на соревнованиях.

Понятие о топографических знаках. Изучение топонимов по группам. Масштабные и немасштабные знаки. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики.

Рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Сущность способа горизонталей. Сечение. Заложение. Горизонталы основные, утолщенные, полугоризонталы. Бергштрих. Подписи горизонталей. Отметки высот, урезы вод. Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.

2.2. Компас, работа с компасом. Измерение расстояний. Способы ориентирования.

Спортивный жидкостный компас. Правила обращения с компасом.

Ориентир, что может служить ориентиром. Движение по азимуту, его применение. Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка.

Способы измерения расстояний на местности и на карте. Глазомерный способ измерения расстояния. Способы тренировки глазомера. Определение расстояния по времени движения. Виды ориентиров: линейный, точечный, звуковой, ориентир-цель, ориентир-маяк. Необходимость непрерывного чтения карты.

Практическое занятия

Ориентирование карты по компасу. Упражнения на засечки: определение азимута на заданный предмет (обратная засечка) и нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка). Движение по азимуту.

3. Общая и специальная физическая подготовка.

3.1 Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений.

Теоретическое занятие

Краткие сведения о строении человеческого организма (органы и системы). Костно-связочный аппарат. Мышцы, их строение и взаимодействие. Основные сведения о строении внутренних органов. Кровеносная система. Сердце и сосуды. Дыхание и газообмен. Органы пищеварения и обмен веществ. Нервная система — центральная и периферическая.

Влияние различных физических упражнений на укрепление здоровья, работоспособности. Совершенствование функций органов дыхания и кровообращения под воздействием занятий спортом.

3.2. Общая физическая подготовка

Основная задача общей физической подготовки — развитие и совершенствование физических, моральных и волевых качеств туристов.

Всесторонняя физическая подготовка — основа для достижения безаварийного и стабильного прохождения маршрутов туристских походов.

Требования к физической подготовке, ее место и значение в повышении функциональных возможностей организма, в разностороннем физическом развитии спортсменов, в успешном овладении техникой и тактикой. Характеристика средств физической подготовки, применяемых на различных этапах обучения. Ежедневные индивидуальные занятия.

Практические занятия

Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи. Упражнения для туловища, для ног. Упражнения с сопротивлением. Упражнения со скакалкой, гантелями. Элементы акробатики.

Легкая атлетика. Гимнастические упражнения.

3.3. Специальная физическая подготовка.

Роль и значение специальной физической подготовки для роста мастерства туристов.

Место специальной физподготовки на различных этапах процесса тренировки. Характеристика и методика развития физических и специальных качеств, необходимых туристу: выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силы. Индивидуальный подход в решении задач общей и специальной физической подготовки.

Практические занятия

Упражнение на развитие выносливости. Упражнения на развитие быстроты. Упражнения для развития силы. Упражнения для развития гибкости, на растягивание и расслабление мышц.

Работа с туристским снаряжением. Организация и прохождение этапов дистанции-пешеходной. Тактическая подготовка.

Методическое обеспечение

Организация процесса образования строится с использованием таких технологий как личностно-ориентированное и развивающее обучение с направленностью на развитие творческих качеств личности, игровая, здоровьесберегающая, технологии мастерских, индивидуального и дифференцированного обучения и др. Реализация игровых приемов и ситуаций происходит практически на каждом занятии

Конкретные методы, используемые при реализации программы:

в обучении - практический (различные упражнения с моделями, с игровым материалом транспортных средств, изготовление макетов, практическая работа в музеях, библиотеках); наглядный; словесный (как ведущий – инструктаж, беседы, разъяснения); работа с книгой (в основном чтение, изучение, составление плана); видеометод (просмотр, обучение) и другие.

в воспитании - методы формирования сознания личности, направленные на формирование устойчивых убеждений (рассказ, дискуссия, этическая беседа, пример); методы организации деятельности и формирования опыта общественного поведения (воспитывающая ситуация, приучение, упражнения); методы стимулирования поведения и деятельности (соревнования, поощрения).

Методы обучения, в основе которых лежит способ организации занятия (словесные, наглядные, практические, устное изложение, показ видеоматериалов, иллюстраций, тренинг, беседа, объяснение, показ педагогом приёмов исполнения, вокальные упражнения, анализ текста, наблюдение, тренировочные упражнения, анализ структуры, музыкального произведения, работа по образцу, лабораторные работы и др.)

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- объяснительно-иллюстративные (методы обучения, при использовании которых, дети воспринимают и усваивают готовую информацию).

- репродуктивные методы обучения (учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности).

- частично-поисковые методы обучения (участие детей в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом).

- исследовательские методы обучения (овладение детьми методами научного познания, самостоятельной творческой работы).

Занятие по типу может быть комбинированным, теоретическим, практическим, диагностическим, контрольным, репетиционным, тренировочным и др.

Педагогический мониторинг включается в методическое обеспечение. Дается характеристика отслеживания и оценивания образовательных результатов, указываются уровни, формы, этапы и способы учета знаний, умений и критерии, по которым оцениваются полученные знания, умения и навыки; возможные варианты оценки личностных качеств обучающихся.

Отслеживание образовательных результатов может осуществляться по следующим направлениям.

Внутренний мониторинг - проведение педагогом вводного, тематического, рубежного, итогового контроля в форме различных зачетных работ в соответствии со спецификой объединения и определение уровня освоения обучающимися образовательных программ (высокий, оптимальный и допустимый).

Внешний мониторинг - фиксирование результативности участия обучающихся в конкурсах, конференциях, соревнованиях различного уровня, который может быть представлен в виде таблицы или портфолио.

Критериями выполнения программы служат: стабильный интерес учащихся к освоению данной программы, творческие достижения, активность в занятиях, поиск тем для самостоятельного изучения (исследования). Массовость и активность участия детей в мероприятиях по данной направленности. Результативность по итогам городских, краевых и всероссийских конкурсов. Проявление самостоятельности в творческой деятельности.

Эффективность оценивается по сформированности духовно-нравственных качеств личности, высокому уровню мотивации обучающихся к занятиям спортивным туризмом, по уровню развития творческих способностей, по активности участия в выставках, конкурсах, фестивалях, массовых мероприятиях, туристских слетах, по стилю работы и профессиональному самоопределению детей.

Материально - техническое обеспечение

Вариант 1. Дистанционное обучение с использованием методов и форм дистанционного обучения, которые создают основу для определения моделей и систем дистанционного обучения:

- видеолекции (off-line и On-line – видеолекция), мультимедиа-лекции. - интерактивные компьютерные видеолекции с синхронной демонстрацией слайдов (интерактивные видеолекции с синхронными слайдами);

- семинары с использованием on-line технологий – Chat, Audio Conferencing, Internet Video Conferencing;

– «очные» консультации, проводимые тьютором в учебном центре (филиале); составляют 10-15% времени, отводимого учебным планом на консультации;

– off-line консультации проводятся преподавателем курса с помощью электронной почты или в режиме телеконференции и составляют около половины времени, отводимого учебным планом на консультации;

– on-line консультации проводятся с помощью программы mirk; составляют более одной трети всего консультационного времени по учебному плану.

Вариант 2. Индивидуальные занятия в очном режиме. Занятия проводятся в специально оснащённом кабинете, укомплектованном методическими, дидактическими и техническими средствами. Имеется все необходимое туристское снаряжение. К программе прилагается большое количество дидактического и наглядного материала, альбомы образцов, выставки готовых изделий, методразработки и др.

Материально-техническое обеспечение индивидуальных занятий спортивным туризмом:

| |
|---|
| <p>Туристское снаряжение:</p> <ul style="list-style-type: none">• Система страховочная - 2 шт.• Аптечка – набор.• Компаса - 2 шт.• Карты туристские, спортивные.• Веревка основная 40м, 30м ,20м - 3 шт.• Веревка вспомогательная - 2 шт.• Карабин туристский с муфтой - 4 шт.• ФСУ («восьмерка»)- 2 шт.• Трек – 2 шт.• «Жумар» - 1 шт.• Шлем защитный (каска) - 2 шт.• Раздаточный материал• Аудио - видео средства |
|---|

Список литературы:

Для педагога:

1. Филатова М.Н. Внеурочная деятельность учащихся как средство достижения личностных и метапредметных результатов в условии реализации ФГОС // Молодой ученый. 2015. № 16 (96)
2. Кульшарипова З.К. Спортивный туризм, как форма педагогического воспитания детей и подростков в системе школьного краеведения / З.К. Кульшарипова, Б.Ч. Жалмагамбетова, Б.

Жакубалдинова, Г. Карменова // Современные методы организации тренировочного процесса, оценки функционального состояния и восстановления спортсменов. – 2017.

3. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей.

4. Мельников Д.А. Развитие личностных качеств у учащихся 5-9 классов средствами туризма / Д.А. Мельников, М.А. Возисова // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2009. – №. 2 (11).

5. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. – М., ЦДЮТур МО РФ, 1996.

6. Фетисов В.А., Орлов А.В., Макарова Е.А. Государственное управление в спорте: учебное пособие. – М.: ГОУ ВПО «РЭА им. Г.В. Плеханова», 2010. – 108 с.

7. Алешин В.М., Туристская топография. – М., Профиздат, 1985.

8. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. – М., Профиздат, 1997.

9. Козырева О. А. Продуктивность использования технологии системно-педагогического моделирования в модели формирования культуры самостоятельной работы педагога // European Social Science Journal. 2015. №5. С.164-171.

10. Саломатина Е.Б., Саломатин А.Г., Свинарченко В.Г. Возможности детерминации идей гуманизма и здоровьесбережения в работе педагога по физической культуре // Современные научные исследования и инновации. 2015. № 9. URL: <http://web.snauka.ru/issues/2015/09/57782>

11. Дрогов И.А. Подготовка инструкторов детско-юношеского туризма : учебно-методическое пособие. — М.: ФЦДЮТиК, 2004.

12. Буйлова Л.Н., Кочнева С.В. Организация методической службы учреждений дополнительного образования детей: Учеб.- метод. пособие .- М.: Гумат. изд. центр ВЛАДОС, 2001.

Для обучающихся:

1. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований «Школа безопасности». – М., Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2000.

2. Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов. – М., Профиздат, 1997.

3. Александрова, А.Ю. Международный туризм / А.Ю. Александрова. - М.: Аспект пресс, 2015. - 470 с.

4. Энциклопедия туриста. - М., 2003.548 с

5. Вестник Академии детско-юношеского туризма и краеведения. Ежеквартальный научно-методический журнал. — М.: МОО МАДЮТиК

Список образовательно-информационных ресурсов:

1. www.tssr.ru Федерация спортивного туризма России;
2. www.extremal.ru - объединенный туристский сервер России;
3. tmmoscow.ru Туризм спортивный в Москве и России;
4. <https://vk.com/tmmoscow> Туристское многоборье;
5. https://ru.wikipedia.org/wiki/Спортивный_туризм;
6. <http://coollib.com/b/260862/read> Карманный справочник туриста;
7. <http://track.kz/book/medspravochnik.doc> Медицинский справочник туриста
8. https://vk.com/tyrism_v_sk Спортивный туризм в Ставропольском крае;
9. <http://tmmoscow.ru/> Туризм спортивный в Москве и России.