

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА №30**

Рассмотрено на заседании
педагогического совета №8
«02» апреля 2022 года



Утверждаю
Директор МБОУ НШ №30
/ С.В. Колесник
начальник /
ШКОЛЫ №1» апреля 2022 года

**Дополнительная общеразвивающая программа
«Спортивный клуб «Олимпиец»**

Возраст обучающихся 9-10 лет
Срок реализации программы 1 год
Количество часов: 76 часов
Направленность: физкультурно-
спортивная
Уровень: базовый

Автор-составитель программы:
Шипаев Виктор Александрович,
педагог дополнительного образования

Сургут, 2022

ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Название программы	Дополнительная общеразвивающая программа «Спортивный клуб «Олимпиец»
Направленность программы	Физкультурно-спортивная
Ф.И.О. педагога, реализующего дополнительную общеобразовательную программу	Шипаев Виктор Александрович, педагог дополнительного образования
Год разработки	2022
Где, когда и кем утверждена дополнительная общеобразовательная программа	Рассмотрена заседании педагогического совета (протокол от 02.04.2022 № 8)
Уровень	базовый
Информация и наличии рецензии	нет
Цель	создание условий для формирования навыков спортивного ориентирования и развития ценности здорового образа жизни в процессе занятий физической культурой
Задачи	<ul style="list-style-type: none"> – способствовать формированию обучающихся разносторонней физической и функциональной подготовки и навыков самостоятельной подготовки к спортивным мероприятиям; – приобретение соревновательного опыта; – воспитание привычки к здоровому образу жизни; – содействовать психическому и физическому оздоровлению учащихся; – содействовать развитию интеллектуального потенциала учащихся (логического, аналитического и абстрактного мышления, внимания, воображения); – содействовать развитию коммуникативной деятельности в команде; – содействовать формированию таких черт личности ребенка как: ответственность за порученное дело, коммуникабельность, коллективизм, умение уважать личность другого человека; – способствовать формированию коллектива по разновозрастному принципу, основанному на взаимопомощи и взаимовыручке; – содействовать воспитанию высоких морально-этических и волевых качеств личности воспитанников, смелости, настойчивости, дисциплинированности, трудолюбия; – содействовать формированию у ребенка умения самостоятельно оценивать свои возможности и находить правильные решения; – способствовать формированию сплоченного детского коллектива – спортивной команды.
Ожидаемые результаты освоения программы	<p><i>учащиеся будут знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – понятия об ориентировании на местности; – совершенствование первичных навыков пользования топографической картой, с наиболее распространенными условными топографическими знаками, с устройством компаса, с основными и промежуточными сторонами

	<p>горизонта;</p> <p><i>учащие научатся:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> –соблюдать правила безопасности при проведении походов, соревнований, тренировок; –соблюдать личную гигиену туриста; –ориентироваться на местности с помощью компаса и спортивной карты; –самостоятельно готовиться к походу; –оказывать первую доврачебную помощь в некоторых ситуациях; <p><i>приобретут навыки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> –владения собой в трудных ситуациях, преодолению естественных препятствий; –оказания элементов первой доврачебной помощи; –ориентирования на местности; –самоконтроля, самостоятельности, активности и ответственности. <p>У учащихся будут сформированы: ответственность за порученное дело, коммуникабельность, чувства коллективизма, уважительное отношение к личности другого человека; навыки взаимопомощи и взаимовыручки; морально-волевые качества: смелость, настойчивость, дисциплинированность, трудолюбие; умения самостоятельно оценивать свои возможности и находить правильные решения; толерантность - умение исходить из интересов коллектива, подчиняться его требованиям и жить в соответствии с законами, принятыми в обществе.</p>
Срок реализации программы	1 год
Количество часов в неделю / год	2 часа в неделю, 76 часов в год
Возраст обучающихся	9-10 лет
Методическое обеспечение	<ul style="list-style-type: none"> - Федеральный закон №273-ФЗ от 21.12.2012 года «Об образовании в Российской Федерации»; - Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30 июня 2020 г. №16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»; - Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; - Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»); - приказ Департамента образования и молодежной политики ХМАО – Югры от 06.03.2014 №229 «Концепция развития дополнительного образования в ХМАО - Югре»
Условия реализации	Материально-техническое обеспечение: спортивный зал,

<p>программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.)</p>	<p>«полоса препятствий» для практических занятий; бивуачное оборудование, карты, компас, скакалки, кубики, мячи. Информационно-методическое обеспечение: - видеозаписи (учебные и познавательные фильмы по спортивному туризму и скалолазанию, видеосюжеты и видеоролики о соревнованиях и тренировках, видеоматериал об известных спортсменах России и мира); - дидактический материал (плакаты, фотографии, наглядные пособия); - различная литература (книги, методические пособия, журналы, статьи); - интернет (полезные ссылки, официальные сайты). Интернет-ресурсы: 1. Туризм спортивный в Москве и России: http://www.tmmoscow.ru/ 2. Федерация спортивного туризма России: http://www.tssr.ru/</p>
<p>Формы занятий</p>	<p>Форма организации занятия – групповая, индивидуальная и работа по подгруппам. Формы проведения занятия – беседа, учебно-тренировочное занятие, соревнование, занятие-игра, путешествие, наблюдение, открытое занятие, поход, практическое занятие, экскурсия, тренинг, эстафета. Занятие по типу - может быть комбинированным, теоретическим, практическим, тренировочным.</p>
<p>Срок реализации дополнительной общеразвивающей программы</p>	<p>2022-2023 учебный год</p>

Аннотация

к дополнительной общеразвивающей программе

Направленность: физкультурно-спортивная.

Уровень: базовый.

Автор-составитель: Шипаев Виктор Александрович, педагог дополнительного образования.

Адресат программы: обучающиеся 9-10 лет

Количество часов в год: 76.

Количественный состав групп от 10 до 26 человек.

Занятия проводятся 2 раза в неделю. Продолжительность занятия 40 минут.

Форма обучения: очно.

Новизна данной программы заключается в том, что на занятиях клуба у учащихся кроме физической выносливости, скорости и силы, формируется умение анализировать стандартные и нестандартные ситуации, принимать самостоятельно решения. Межличностные отношения развиваются, прежде всего, в направлении коллективизма, реализуясь во всё большем умении подчинять своё «я» интересам команды. В реализации программы используются современные методы и форматы обучения, направленные на развитие метапредметных навыков, навыков проектной, учебно-исследовательской деятельности, взаимодействие между обучающимися посредством равного обмена знаниями, умениями, навыками (взаимное обучение).

Актуальность программы.

Воспитание молодого поколения в духе патриотизма – это первоочередная задача современного образования. Поэтому важно, чтобы ребенок общался с живыми собеседниками, организовывал свой досуг не в «уличных условиях», а интересными занятиями, экскурсиями, походами.

Активизировать познавательную деятельность молодежи, оздоровить молодое поколение как морально, так и физически – это задачи современного образования.

Таким образом, многопрофильность программы связана с разделами краеведения и экологии, является одним из средств, позволят реализовать основные цели программы.

Педагогическая целесообразность. Данная программа предусматривает усвоение детьми основных знаний ориентирования на местности, первой доврачебной помощи, а также приобретение необходимых компетенций для получения спортивных разрядов по спортивному туризму, спортивному ориентированию на базовом уровне.

Эффективность тренировочного процесса зависит от рациональной организации занятий, выбора оптимальной дозировки нагрузки и тщательного учета индивидуальных особенностей занимающихся.

Соревнования – важная часть спортивной подготовки. На начальном этапе тренировки планируются только подготовительные и контрольные соревнования, основными целями которых являются контроль за эффективностью данного тренировочного этапа, приобретение соревновательного опыта и повышение положительной эмоциональности учебно-тренировочного процесса.

На занятиях предусмотрено:

- использование наглядных материалов: плакатов, фотографий, ярких примеров из книг, жизни (запоминается то, что ярко, наглядно);
- поощрение учащихся являются одним из способов мотивации ребенка к деятельности);
- применение системно-деятельностного подхода «задачи с открытыми решениями», при котором ребенок не получает знания в готовом виде, а добывает их сам в процессе собственной деятельности.

Применяемый на занятиях компетентностный подход предполагает, что критериями оценки качества образования должны стать не усвоенные учениками определенные знания, умения, навыки, а сформированные ключевые личностные компетенций, востребованные такие качества, как индивидуальность, творческая активность и способность ориентироваться на будущее:

- умение прогнозировать, принимать решения и активно действовать даже в нестандартных ситуациях
- неопределенности.
- совершенствовать навыки практических действий.
- уметь анализировать, сравнивать, быть ответственным, самостоятельным.

Очевидно что, выполняя эти задачи, туризм окажет положительное влияние на здоровье, на моральное и физическое состояние учащихся.

Качество практических навыков проверяется на соревнованиях.

Отличительные особенности данной дополнительной образовательной программы от уже существующих образовательных программ заключаются в том, что в рамках одного детского объединения учащиеся получают возможность приобрести знания в спортивном ориентировании (спортивная составляющая), повысить свое образование в области краеведения (краеведческая составляющая), а также применить на практике знания по информатике и программированию, географии и истории, русского языка и литературы для создания подготавливаемой документации, отчетов и презентаций по изучаемому материалу.

Все содержание образования разделено по тематическим блокам.

На каждом из этапов реализуется единая технология обучения: это эффективный метод планирования процесса, обеспечения единства педагогических требований, постепенное, заранее продуманное усложнение программного материала, практическая направленность содержания образования, обеспечение безопасности жизни и здоровья детей, одновременная целостность и индивидуализация образовательного процесса.

Освоив содержание образования по программе на базовом уровне, учащийся продолжает обучение на более углубленном уровне. Дети не должны иметь медицинские противопоказания к занятиям спортом.

При наборе учащихся первого года обучения следует комплектовать группу с превышением состава, так как существует естественный отсев членов объединения в период обучения и, кроме того, не все дети по тем или иным причинам могут участвовать в учебных и зачетных мероприятиях.

Формы и режим занятий

Форма организации занятия – групповая, индивидуальная и работа по подгруппам. Формы проведения занятия – беседа, учебно-тренировочное занятие, соревнование, занятие-игра, путешествие, наблюдение, открытое занятие, поход, практическое занятие, экскурсия, тренинг, эстафета.

Занятие по типу - может быть комбинированным, теоретическим, практическим, тренировочным.

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Разработана в соответствии с:

- Федеральным законом №273-ФЗ от 21.12.2012 года «Об образовании в Российской Федерации»;

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 30 июня 2020 г. №16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»;

- Приказа Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Письмом Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);

- приказом Департамента образования и молодежной политики ХМАО – Югры от 06.03.2014 №229 «Концепция развития дополнительного образования в ХМАО - Югре»

Цель программы: создание условий для формирования навыков спортивного ориентирования и развития ценности здорового образа жизни в процессе занятий физической культурой.

Задачи:

обучающие:

- содействовать формированию у учащихся прочных знаний, умений и навыков по технике спортивного туризма, основам безопасности в походах и на соревнованиях;
- способствовать формированию у воспитанников разносторонней физической и функциональной подготовки и навыков самостоятельной подготовки к спортивно-туристским мероприятиям;
- приобретение соревновательного опыта;
- воспитание привычки к здоровому образу жизни;

развивающие:

- содействовать психическому и физическому оздоровлению учащихся;
- содействовать развитию интеллектуального потенциала учащихся (логического, аналитического и абстрактного мышления, внимания, воображения);
- содействовать развитию коммуникативной деятельности в команде;

воспитательные:

- содействовать формированию таких черт личности ребенка как: ответственность за порученное дело, коммуникабельность, коллективизм, умение уважать личность другого человека;
- способствовать формированию коллектива по разновозрастному принципу, основанному на взаимопомощи и взаимовыручке;
- содействовать воспитанию высоких морально-этических и волевых качеств личностивоспитанников, смелости, настойчивости, дисциплинированности, трудолюбия;
- содействовать формированию у ребенка умения самостоятельно оценивать свои возможности и находить правильные решения;
- способствовать формированию сплоченного детского коллектива – спортивной команды.

Планируемые результаты

Реализация представленной рабочей образовательной программы предполагает следующие **предметные результаты:**
учащиеся будут знать:

- понятия об ориентировании на местности;
 - сведения о родном крае, истории развития родного края;
 - совершенствование первичных навыков пользования топографической картой, с наиболее распространенными условными топографическими знаками, с устройством компаса, с основными и промежуточными сторонами горизонта;
- учащие научатся:*

- соблюдать правила туризма при проведении походов, соревнований, тренировок;
- соблюдать гигиену туриста;
- элементам водного туризма, технике работы с веревками сопровождения и самостраховки;
- ориентироваться на местности с помощью компаса и спортивной карты;
- самостоятельно готовиться к походу;
- оказывать первую доврачебную помощь в некоторых ситуациях;

приобретут навыки:

- владения собой в трудных ситуациях, преодолению естественных препятствий;
- оказания элементов первой доврачебной помощи;
- ориентирования на местности;
- самоконтроля, самостоятельности, активности и ответственности.

Личностные результаты

У учащихся будут сформированы:

- ответственность за порученное дело, коммуникабельность, чувства коллективизма, уважительное отношение к личности другого человека;
- навыки взаимопомощи и взаимовыручки;
- морально-волевые качества: смелость, настойчивость, дисциплинированность, трудолюбие;
- умения самостоятельно оценивать свои возможности и находить правильные решения;
- толерантность - умение исходить из интересов коллектива, подчиняться его требованиям и жить в соответствии с законами, принятыми в обществе.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД

У учащихся сформированы действия:

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную педагогом;
- планировать свои действия на отдельных этапах туристской деятельности;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
- анализировать причины успеха/неуспеха;
- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- проявлять индивидуальные творческие способности.

Коммуникативные УУД

У учащихся сформированы действия: включаться в диалог, в коллективное обсуждение, проявлять инициативу и активность; работать в группе; обращаться за помощью; формулировать свои затруднения; предлагать помощь и сотрудничество; слушать собеседника; договариваться о распределении функций в совместной деятельности, приходить к общему решению; формулировать

собственное мнение и позицию.

Познавательные УУД

У учащихся сформированы действия: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; определять проблему и самостоятельно составлять алгоритм деятельности при решении проблем; выбирать наиболее эффективные способы решения задач в зависимости от конкретных условий;

- осуществлять рефлексию способов и условий действий, контроль и оценку процессов и результатов деятельности.

II. Содержание программы

Учебно-тематический

план

<i>№ п/п</i>	<i>Раздел Темы</i>	<i>Количество часов</i>		
		<i>Всего</i>	<i>Теория</i>	<i>Практика</i>
<i>Раздел 1. Основы туристской подготовки</i>				
1	История туризма. Виды туризма.	2	2	0
2	Организация туристского быта по сезонам.	14	4	10
3	Туристские должности в походе.	2	2	0
	<i>Всего</i>	18	8	10
<i>Раздел 2. Топография и ориентирование</i>				
1	Понятие о топографической и спортивной	2	2	

	карте.			
2	Топографические знаки. Условные знаки топографических карт.	10	2	8
3	Ориентирование по спутниковым картам. Изучение возможностей телефона	10	2	8
4	Способы ориентирования	2	2	
		24	8	16
<i>Раздел 3. Основы гигиены, первая доврачебная помощь.</i>				
1	Личная гигиена туриста.	2	2	
2	Медицинская аптечка.	2	2	
3	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.	8	2	6
		12	6	6
<i>Раздел 5. Техника спортивного туризма</i>				
1	Вязание узлов.	4		4
2	Спортивный туризм на маршрутах и дистанциях	2	2	
3	Спуск подъем спортивным способом	2		2
4	Переправа по бревну с маятниковой опорой	4	2	2
5	Техника прохождения этапов «Переправа по бревну с перилами через реку, овраг»	2		2
6	Техника прохождения этапа «Спуск, подъём посклону».	4		4
7	Техника прохождения этапа «Траверс склона по перилам».	4		4
		22	4	18
		76	26	50

Содержание программы

История туризма. Виды туризма.

Теория. Основные виды туризма. Современные и новые виды туризма.

История туризма. Туристские знаки отличия

Организация туристского быта по сезонам.

Теория. Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф местности, физическое состояние участников и т.п.). Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака. Организация работы по развёртыванию и свёртыванию лагеря: планирование лагеря (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы, заготовка дров).

Установка палаток. Размещение вещей в них. Предохранение палатки от

намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке.

Уборка места бивака перед уходом.

Типы костров. Правила разведения костров, работы с топором, пилой при заготовке дров. Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов.

Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт). Меры безопасности при обращении со сномом, с кипятком. Организация ночлегов в помещении.

Правила купания.

Практика. Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Развертывание и свертывание бивака. Разжигание костра.

Туристские должности в походе. Должности в походе. Обязанности членов похода.

Топография и ориентирование

Понятие о топографической и спортивной карте.

Теория. Прежде всего, обучающимся сообщают о плане и карте. Эта тема изучается в школьной программе, на уроках географии, и руководитель, задав ряд вопросов выясняет, на сколько хорошо ребята ее усвоили. И лишь затем он дополняет и уточняет знания о карте и плане. Изучение масштаба. Определение сторон горизонта и азимутов при помощи часов и солнца, часов и луны. Определение сторон горизонта по растительности, при помощи местных предметов, объектов, созданных природой, людьми.

Топографические знаки. Условные знаки топографических карт.

Теория. Изучение топографических знаков и их применение на картах.

Практика. Определение сторон горизонта и азимутов при помощи часов и солнца, часов и луны. Определение сторон горизонта по растительности, при помощи местных предметов, объектов, созданных природой, людьми. Работа с картой. Определение своего местоположения.

Практические занятия на местности с картами, топографическими знаками, а так же различные игры на тему топографии.

Компас. Азимут. Ориентирование по компасу. Ориентирование попутниковым картам. Изучение возможностей телефона

Азимут. Определение азимута, Движение по азимуту. Ознакомление с навигационными приложениями для электронных устройств. Теория построения треков в электронных устройствах. Определение места положения в электронных устройствах. *Практика.* Практическое занятие на местности. Определение сторон горизонта, ориентирование карты. Упражнение на измерение азимутов на карте. Построение тренировочных азимутальных треугольников. Работа с электронными устройствами. Ориентирование карты по компасу. Движение по азимуту, прохождение азимутальных отрезков.

Способы ориентирования.

Теория. Ориентирование по компасу, ориентирование по карте, ориентирование по природным объектам. *Практика.* Соревнования по мини ориентированию, соревнования ориентирование по выбору

Основы гигиены, первая доврачебная помощь. Личная гигиена туриста

Теория. Личная гигиена в походе. Гигиена личного снаряжения

Медицинская аптечка. *Теория.* Составление походной медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Перечень и назначение, показания и противопоказания к применению лекарственных препаратов. Личная аптечка туриста, индивидуальные лекарства, необходимые в зависимости от хронических заболеваний. Походный травматизм. Заболевания в походе. Профилактика

заболеваний и травматизма. Помощь при различных травмах. Тепловой солнечный удар, ожоги. Помощь утопающему. Помощь при обморожениях, поражениях электрическим током.

Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Респираторные и простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран.

Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи.

Теория. Питьевой режим в походе. Способы обеззараживания воды, Правила использования химических средств защиты от кровососущих насекомых. Индивидуальный медицинский пакет туриста. Первая медицинская помощь при ожогах, обморожениях, головных болях, желудочных, простудных заболеваниях, порезах, ссадинах, укусах насекомых и пресмыкающихся, при растяжении связок. Меры предупреждения перечисленных травм и заболеваний. Как остановить кровотечение. Что такое снежная слепота, ее предупреждение. Способы транспортировки пострадавшего, заболевшего. Обязанности санитаров походной туристской группы при подготовке и во время похода. Ведение санитарного походного журнала, ежедневный санитарный контроль над соблюдением правил личной гигиены, за чистотой посуды. Опасности бесконтрольного употребления грибов, ягод, трав. Почему турист не имеет права скрывать свое недомогание.

Уход за больным в походе.

Практика. Оказание первой доврачебной помощи при различных травмах. Транспортировка пострадавшего. Освоение приемов самоконтроля. Обработка и перевязка ран, наложение жгута.

Техника спортивного туризма. Вязание узлов.

Практика. Вязание узлов, применяемых в спортивном туризме: прямой, встречный, ткацкий, брамшкотовый, проводник, двойной проводник, проводник-восьмерка, булинь, карабинная удавка, штыковой, схватывающий. Правила завязывания узлов. Техника вязания узлов. Маркировка веревок.

- **Спортивный туризм на маршрутах и дистанциях**

- *Теория.* Понятие о туризме, как о виде спорта.

Техника прохождения этапа «Спуск, подъем по склону спортивным способом».*Теория.* Где применяется спуск подъем спортивным способом. Правила использования спуска подъема. Технические приемы.

Практика. Практическое занятие на местности. Наведение перил, спуск, сброс перил.

«Переправа по бревну с маятниковой опорой». Использование переправы. **Технические приемы.**

Практика. Использование переправы. Технические приемы. Работа возле опасной зоны. Страховка участника через реку, овраг, каньон по бревну. Прохождение участника по бревну с маятниковой опорой, с маятниковой опорой с самостраховкой. Подход по подводным перилам. Работа с веревкой сопровождения.

Техника прохождения этапов «Переправа по бревну с перилами через реку, овраг»

Практические занятия: Работа возле опасной зоны. Страховка участника через реку, овраг, каньон по бревну. Прохождение участника по бревну с перилами. Работа с веревкой сопровождения.

Техника прохождения этапа «Спуск, подъем по склону со страховкой по перилам».

Практика. Способы подъема: свободное лазание, с опорой на перила, по перилам со страховкой. Требования к перилам. Спуск, подъем с самостраховкой по сдвоенным (закольцованным) перилам и перилам, закрепленным на опоре удавкой. Спуск с применением спускового устройства. Верхняя и нижняя командная страховка. Спуск с командной страховкой. Организация командной страховки. Подход по подводным перилам к спуску. Действия команды, проходящей этап. Безопасная и опасная зоны. Штрафы.

Техника прохождения этапа «Траверс склона по перилам».

Правила движения для участника, траверсирующего склон. Штрафы.

III. Оценочные материалы и формы аттестации **Формы аттестации**

Способы определения результативности

Основная форма определения результативности обучения – мониторинг качества знаний учащихся по разделам программы, проводится 3 раза в год в начале, в середине и конце учебного года. Промежуточный контроль над подготовленностью обучающихся осуществляется в форме соревнований, тестов, викторин, УТП и т.д. Для учащихся предусмотрена сдача спортивных нормативов. В процессе всего образовательного периода отслеживаются все спортивные достижения (выполнение требований по присвоению классификационных разрядов, выступление на спортивных соревнованиях различного уровня и ранга) каждого учащегося

Формы подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Форма подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы – соревнование, поход. Это мероприятие является контрольным и служит показателем освоения детьми программы, а также сплачивают детский коллектив.

Критерии оценки результативности

Критерии оценки уровня теоретической подготовки:

– **высокий уровень** – учащийся освоил практически весь объем знаний 100-80%, предусмотренных программой за конкретный период; специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием;

– **средний уровень** – у учащегося объем усвоенных знаний составляет 70-50%; сочетает специальную терминологию с бытовой;

– **низкий уровень** – учащийся овладел менее чем 50% объема знаний, предусмотренных программой; учащийся, как правило, избегает употреблять специальные термины.

Критерии оценки уровня практической подготовки:

– **высокий уровень** – учащийся овладел на 100-80% умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период; работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей; выполняет на 100-80% спортивные нормативы по спортивному туризму;

– **средний уровень** – у учащегося объем усвоенных умений и навыков составляет 70-50%; работает с оборудованием с помощью педагога; в основном, выполняет задания на основе образца;

– **низкий уровень** – учащийся овладел менее чем 50%,

предусмотренных умений и навыков; испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием; в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога.

Результаты аттестации фиксируются в Протоколе аттестации учащихся, который является одним из отчетных документов.

Система контроля и оценки детских достижений дает возможность проследить развитие каждого ребенка, выявить наиболее способных, создать условия для их дальнейшего развития, определить степень освоения программы и своевременно внести корректировку в образовательно-воспитательный процесс.

Применяемые методики оценки общей удовлетворенности при реализации программы

1. Методика диагностики эмоционально-психологического климата ЭПК Г.А. Карповой.

2. Методика А.Н. Лутошкина «Эмоциональная цветопись».

3. Мониторинг достижений учащихся в фестивалях, конкурсах, викторинах различной направленности.

Таким образом, программа позволяет учащимся почувствовать себя нужными и интересными обществу, способными в творческой деятельности осуществить свои самые смелые мечты. Развитие сенсорики, чувств, интеллекта служит основанием для правильного понимания детьми самих себя. Формирование умения выражать чувства через творчество, позитивного отношения к самому себе позволяет ребенку осуществлять эффективный контакт с окружающим миром.

IV. Методическое и техническое обеспечение дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Условия реализации программы

Дополнительная общеразвивающая программа включает:

1. Создание условий, способствующих освоению обучающимися дополнительной общеразвивающей программы:

1.1. обеспечение дифференцированных условий (оптимальный режим учебных нагрузок, вариативные формы получения образования)

1.2. учет индивидуальных особенностей ребенка, коррекционная направленность учебно-воспитательного процесса;

1.3. соблюдение комфортного психоэмоционального режима;

1.4. использование современных педагогических технологий, в том числе информационных, компьютерных для оптимизации образовательной деятельности, повышения его эффективности, доступности);

1.5. обеспечение здоровьесберегающих условий (оздоровительный и охранительный режим, укрепление физического и психического здоровья, профилактика физических, умственных и психологических перегрузок обучающихся, соблюдение санитарно-гигиенических правил и норм);

2. Реализацию системы мероприятий по социальной адаптации обучающихся;

3. Оказание консультативной и методической помощи родителям (законным представителям) по вопросам развития и обучения ребенка, вопросам правового обеспечения и иным.

Материально-техническое обеспечение: спортивный зал, «полоса препятствий» для практических занятий; бивуачное оборудование, карты, компас, скакалки, кубики, мячи.

Информационно-методическое обеспечение:

- видеозаписи (учебные и познавательные фильмы по спортивному туризму и скалолазанию, видеосюжеты и видеоролики о соревнованиях и тренировках, видеоматериал об известных спортсменах России и мира);
- дидактический материал (плакаты, фотографии, наглядные пособия);
- различная литература (книги, методические пособия, журналы, статьи);
- интернет (полезные ссылки, официальные сайты).

Интернет-ресурсы:

1. Туризм спортивный в Москве и России: <http://www.tmmoscow.ru/>
2. Федерация спортивного туризма России: <http://www.tssr.ru/>

Методическое обеспечение дополнительной общеразвивающей программы

Формы занятий	Приёмы и методы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Подведение итогов
<p>Традиционное занятие, комбинированное занятие, лекция, практическое занятие, игра, праздник, мастер-класс, он-лайн занятие.</p>	<p><u>Методы в основе которых лежат формы обучения по программе:</u> 1. В основном очная форма занятия; 2. Электронное обучение с применением дистанционных технологий.</p> <p><u>Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:</u> <i>словесный</i> (устное изложение, беседа, анализ текста и т.д.) <i>наглядный</i> (показ видеоматериалов, иллюстраций, работа по образцу и др.) <i>практический</i> (тренинг, упражнения, лабораторные работы и др.)</p> <p><u>Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:</u> 1. <i>объяснительно-иллюстративный</i> - дети воспринимают и усваивают готовую информацию 2. <i>репродуктивный</i> - учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности 3. <i>частично-поисковый</i> - участие детей в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом 4. <i>исследовательский</i> - самостоятельная творческая работа учащихся.</p> <p><u>Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности учащихся на занятии:</u> 1. <i>фронтальный</i> - одновременная работа со всеми учащимися 2. <i>коллективный</i> - организация проблемно-поискового или творческого взаимодействия между всеми детьми 3. <i>групповой</i> - организация работы по малым группам</p>	<p>Таблицы, схемы, фотографии, дидактические карточки, научная и специальная литература, раздаточный материал, диафильмы, диапозитивы, видеозаписи, аудиозаписи, мультимедийные материалы, компьютерные программные средства</p> <p>Иллюстрации, образцы работ, эскизы, Таблички с терминами.</p> <p>Библиотека с книгами и журналами.</p>	<p>1. Спортивный зал, учебный кабинет. 2. Шкафы для хранения оборудования и материала. 3. Рабочее место педагога. 4. Технические средства обучения.</p> <p>Наличие: мультимедийного комплекса; школьного сервера; школьного сайта; внутренней (локальной) сети; внешней (в том числе глобальной) сети 5. Конструкторы Lego</p>	<p>1. Составление альбома лучших работ. 2. Представление портфолио учащихся 3. Участие детей в традиционных школьных мероприятиях в рамках плана воспитательной работы школы. 4. Участие в конкурсах различного уровня: (школьные, городские, региональные, федеральные и международные).</p>

	<p><i>4.коллективно-групповой</i> - выполнение заданий малыми группами, последующая презентация результатов выполнения заданий и их обобщение</p> <p><i>5.в парах</i> - организация работы по парам</p> <p><i>6.индивидуальный</i> - индивидуальное выполнение заданий, решение проблем</p> <p>Приёмы: игры, упражнения, решение проблемных ситуаций, диалог, устное изложение, беседа, анализ произведения, показ видеоматериалов, иллюстраций, показ (исполнение) педагогом, наблюдение, работа по образцу</p>			
--	--	--	--	--

IV. Календарный учебный график

№ п/п	Число/месяц	Дата проведения занятий	Количество во часов	Наименование раздела программы. Тема занятия	Место проведения	Форма аттестации/контроля
		факт				
1			2	История туризма. Виды туризма.		беседа
2			2	Понятие о туризме, как о виде спорта		беседа
3			2	Основные требования к месту привала и бивака.		наблюдение
4			2	Развертывание и свёртывание бивака. Разжигание костра (осень).		игра
5			2	Установка палаток. Размещение вещей в них. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке.		письменный опрос
6			2	Туристские должности в походе.		проект
7			2	Личная гигиена туриста.		тематический кроссворд
8			2	Подвижные игры и эстафеты.		зачёт
9			2	Медицинская аптечка.		наблюдение
10			2	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.		беседа
11			2	Оказание первой помощи условно пострадавшему.		круглый стол
12			2	Вязание петлевых узлов.		конкурс
13			2	Вязание схватывающих и бытовых узлов.		тестирование
14			2	Понятие о топографической и спортивной карте.		анкетирование
15			2	Определение сторон горизонта и азимутов при помощи часов и солнца, часов и луны.		
16			2	Определение сторон горизонта по растительности, при помощи местных предметов, объектов, созданных природой, людьми.		конкурс
17			2	Определение своего местоположения.		тестирование
18			2	Условные топографические знаки на картах.		анкетирование
19			2	Условные топографические знаки на картах.		
20			2	Азимут. Определение азимута, Движение по азимуту.		
21			2	Азимут. Определение азимута, Движение по азимуту.		беседа

22			2	Теория построения треков в электронных устройствах. Определение места положения в электронных устройствах.		наблюдение
23			2	Практическое занятие на местности. Определение сторон горизонта, ориентирование карты. Упражнение на измерение азимутов на карте.		конкурс
24			2	Построение тренировочных азимутальных треугольников. Работа с электронными устройствами. Ориентирование карты по компасу. Движение по азимуту, прохождение азимутальных отрезков.		игра
25			2	Ориентирование по компасу, ориентирование по карте, ориентирование по природным объектам.		тестирование
26			2	Сброс на переправе по бревну смятниковой опорой.		конкурс
27			2	Способы спусков, подъемов. Перила на спуске, подъеме.		конкурс
28			2	Страховка на спуске, подъеме.		конкурс
29			2	Сброс на спуске, подъеме.		игра
30			2	Перила на траверсе.		тестирование
31			2	Страховка на траверсе.		беседа
32			2	Самостраховка на траверсе.		наблюдение
33			2	Сброс на траверсе.		зачёт
34			2	Перила, страховка, сопровождение, сброс на переправе по бревну.		письменный опрос
35			2	Широкие шаги с накатыванием, смена ног на опоре.		проект
36			2	Широкие шаги с накатыванием, смена ног на опоре.		тематический кроссворд
37			2	Техника «рук».		зачёт
38			2	Подвижные игры и эстафеты		конкурс

Список литературы

Для педагога:

1. Банковский Ю.В. Основы спортивной тренировки в горных видах спорта (альпинизм, скалолазание, горный туризм). - М.: Вилад, 2010.
2. Байковский Ю.В. Особенности формирования и классификация горных неолимпийских видов спорта. - М.: Вертикаль, 2009.
3. Константинов Ю.С., А.Г. Маслов. Туризм и краеведение - Москва, Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения, 2009.
4. Начальная подготовка альпинистов. Часть 1, 2.. – 3-е изд., под ред. Захарова П.П., перераб. и доп. – М.: ТВТ Дивизион, 2009.
5. Спортивный туризм: туристское многоборье. – Издательство: Международный благотворительный фонд «Серебряный век», 2015.

Интернет-ресурсы:

1. Туризм спортивный в Москве и России: <http://www.tmmoscow.ru/>
2. Федерация спортивного туризма России: <http://www.tssr.ru/>

Для учащихся:

1. Ю.С. Константинов, А.Г. Маслов. Туризм и краеведение - Москва, Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения, 2005.
2. Е.Г. Ромашков. Туристские походы выходного дня.
3. Сборник материалов, составленный на основе дневников, фотографий, рисунков участников туристских походов. «Самодеятельный туризм глазами новичка», Ханты-Мансийск, 2009.
4. Туризм и культурное наследие сибирского региона. Ханты-Мансийск, 2011.