

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ И РАЗВИТИЯ СОЦИАЛЬНОЙ СФЕРЫ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА МЫТИЩИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР «Галактика»
(МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»)

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»
Протокол от 30.08. 2023г. № 1-23

УТВЕРЖДЕНО
приказом по МБУ ДО ДЮЦ
«Галактика»
от 31.08.2023 г. № 163-О

Дополнительная общеобразовательная программа
Дополнительная общеразвивающая программа
туристско-краеведческой направленности
«Юный инструктор-проводник»

Продвинутый уровень сложности содержания программы
Возраст обучающихся: 14-17 лет
Срок реализации: 2 года

Форма реализации образовательной программы: сетевая

Автор-составитель: Соколов С.В., методист

Мытищи
2023 г.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Основные характеристики дополнительной общеобразовательной программы:

- **наименование** - дополнительная общеразвивающая программа «Юный инструктор-проводник»;
- **уровень сложности содержания** – продвинутый, предполагает изучение околопрофессиональных и профессиональных знаний;
- **направленность** – туристско-краеведческая;
- **направление подготовки** – пешеходный и водный туризм;
- **форма обучения** – очная;
- **возраст учащихся** – 14-17 лет;
- **форма реализации программы** – сетевая;
- **срок реализации** – 2 года;
- **объем учебной нагрузки** – 576 часов / 288 часов в год;
- **наименование объединения** – кружок;
- **нормативная наполняемость объединения** – 12 учащихся;
- **состав объединения** – одновозрастная группа постоянного состава, преимущественно состоящая из учащихся, прошедших обучение по программе «Водный туризм» базового уровня (не менее 50%);
- **особенности зачисления на обучение** – в период основного набора (с 15 апреля по 15 августа) зачисляются учащиеся, прошедшие обучение по программе «Водный туризм» базового уровня; в период дополнительного набора (с 15 августа по 30 сентября) преимущественно зачисляются учащиеся, прошедшие обучение по программам базового и стартового уровней туристско-краеведческой направленности, а также дети по желанию;
- **для зачисления ребенка на обучение** – требуется медицинский допуск к занятиям в объединении туристско-краеведческой направленности;
- **форма организации образовательного процесса** – групповые занятия и занятия по подгруппам;
- **периодичность и продолжительность занятий:**
 - 1 теоретическое занятие (аудиторное занятие) в неделю по разделу «Организация и проведение туристских походов» продолжительностью 2 часа;
 - 1 практическое занятие в неделю по разделу «Общая и специальная физическая подготовка туриста» продолжительностью 2 часа в неделю;
 - внеаудиторные и аудиторные практические занятия по разделу «Практика проектирования, проведения туристских походов и составления отчетности» (144 часа в год) – в соответствии с календарным учебным графиком.
- **при поступлении на обучение вступительные испытания** – не осуществляются;
- **обучение детей с ОВЗ и инвалидов** – не осуществляется;
- **предметные области, изучаемые по программе** – организация туристско-краеведческой деятельности в общественных объединениях (туристских клубах), организация и проведение туристских походов и путешествий, сопровождение и обеспечение безопасности при занятиях туризмом, организация и проведение работ во время аварийных ситуаций при занятии туризмом, по направлениям: пешеходный и водный туризм;

- **Особенности реализации программы** - сетевая форма реализации образовательной программы.
- **Условия организации образовательного процесса** - программа реализуется на основании договора о сетевой форме реализации образовательной программы, заключенного между МБУ ДО ДЮЦ «Галактика» (Базовая организация) и Организацией-участником.
- **Условия получения образования учащимися** - дополнительные условия к необходимому личному имуществу учащегося для участия в образовательном процессе не требуются.

Деятельность участников образовательного процесса регламентируется следующими документами:

- Законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 года;
- Приказом Минпросвещения России от 27 июля 2022 г. N 629 "«Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Уставом МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»;
- Положением о текущем контроле успеваемости, промежуточной аттестации учащихся и итоговой аттестации выпускников муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Галактика»;
- Положением «Порядок и основания перевода, отчисления и восстановления учащихся в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Галактика»;
- Положением «Порядок приема на обучение в муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Галактика»;
- Правилами внутреннего распорядка учащихся муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Галактика»;
- Правилами приема на обучение по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам в муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Галактика»;
- Положением об организации и осуществлении образовательного процесса муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Галактика»;
- Положением о сетевой форме реализации дополнительных образовательных программ муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Галактика»;
- Положением о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Галактика»;
- Положением о порядке ознакомления учащихся и их родителей (законных представителей) с документами муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Галактика»;
- Положением о применении к учащимся и снятия с учащихся мер дисциплинарного взыскания, а также поощрении в муниципальном

бюджетном учреждении дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Галактика»;

- Политикой муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Галактика» в отношении обработки персональных данных и сведения о реализуемых требованиях к защите персональных данных.

Методологической базой по составлению настоящей программы является:

- Методические рекомендации по разработке дополнительных общеразвивающих программ в Московской области, разработанные кафедрой дополнительного образования и сопровождения детства ГБОУ ВО МО «Академия социального управления» и рекомендованные Министерством образования Московской области (Письмо № Исх.-3597/21 от 24.03.2016).

Программа составлена на основе:

- Дополнительной общеразвивающей программы «Юные организаторы – инструкторы по туризму» (авторы Д.В. Левкоева, М.В. Баранов);
- Дополнительной общеразвивающей программы «Юные инструкторы туризма» (автор Н.В. Мустафа);
- Дополнительной общеразвивающей программы «Юные организаторы - инструкторы по туризму» (автор А.В. Берникова)

Отбор содержания программы и определение компетенций выпускников, с учетом возрастных особенностей детей и уровня подготовки, осуществлен на основе:

- Профессионального стандарта "Инструктор-проводник", утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24 декабря 2021 года N 914н.

2. АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ

Современное развитие туризма в Российской Федерации ориентировано на внутренний туризм, во всех разнообразиях его форм. Это связано в первую очередь с мировой политической обстановкой и особенностями социально-экономического развития страны. В «Концепции федеральной целевой программы «Развитие внутреннего и въездного туризма в Российской Федерации (2019-2025 годы)» говорится о значительно возросшем спросе на услуги в сфере внутреннего туризма.

Скачкообразное увеличение спроса на внутренний туризм произошло во время пандемии коронавируса и последующих событий, связанных с отсутствием возможностей у граждан путешествовать за пределы страны. Причем, по оценке экспертов количество самостоятельных и организованных форм активных путешествий возросло в разы. В связи с этим, настоящая программа является актуальна по ряду причин:

- Обеспечивает подготовку общественных кадров, способных организовывать и проводить самостоятельные туристские путешествия;
- Ознакомляет учащихся с азами профессиональной деятельности «Инструктора-проводника» и влияет на профессиональную ориентацию, оказывает помощь детям в профессиональном самоопределении;

- Мотивирует учащихся к самостоятельному и осознанному пути в предстоящей взрослой жизни, ориентированного на здоровый образ жизни и занятием туризмом.

Проведенный в 2023 году опрос среди родителей учащихся МБУ ДО ДЮЦ «Галактика» среднего и старшего школьного возраста «О роли дополнительного образования в жизни ребенка» показал, что родители видят эффективность дополнительного образования в двух значимых проявлениях: организация содержательного досуга детей; приобретение знаний и навыков профессиональной деятельности и представлений о профессиональной деятельности.

Таким образом настоящая программа в полном объеме реализует социальные запросы родителей и является значимой для детей ввиду логического перехода от программы обучения базового уровня, высокого уровня мотивации к выбранному виду деятельности, перспектив развития личных навыков и самореализации.

3. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Цель реализации программы:

- Приобретение учащимися навыков организации и проведения туристских мероприятий, в том числе подготовки, сопровождения, обслуживания и обеспечения безопасности туристов при организации и прохождении некатегорированных пешеходных и водных туристских маршрутов в природной среде.

Задачи:

Личностные:

- Формирование общественной активности личности, способной организовывать сообщества по интересам или предпринимательскую деятельность в интересах граждан, общества и государства;
- Формирование гражданской позиции, направленной на бережное отношение и сохранение достояния России: памятников культуры, природы, результатов труда граждан и их имущества;
- Приобретение необходимых для организатора туристских мероприятий навыков общения с людьми, лидерских качеств;
- Формирование культуры общения, поведения в туристской группе и навыков влияния на окружающих, в целях обеспечения норм поведения и культуры общения.

Метопредметные:

- Развитие мотивации к освоению программы, стремлений к занятиям туризмом;
- Развитие потребностей к получению качественного результата деятельности в ходе самостоятельной работы юного инструктора-проводника;
- Выработка надлежащего отношения к порученному делу: самостоятельность, ответственность, активность, аккуратность.

Познавательные универсальные учебные действия:

учащиеся научатся:

- сознательно усваивать сложную информацию различного характера и использовать ее для решения учебных и проектных задач;
- находить необходимую для выполнения работы информацию в различных источниках;
- анализировать предлагаемую информацию, сравнивать, характеризовать и оценивать возможности ее использования в собственной деятельности;
- анализировать маршруты путешествий: оценивать сложность, трудоемкость, доступность маршрута путешествия для туристов разных возрастов и подготовленности;
- выполнять действия по проектированию туристских маршрутов;

учащиеся получат возможность:

- научиться реализовывать собственные творческие замыслы, разрабатывая проекты туристских путешествий;

Регулятивные универсальные учебные действия:

учащиеся научатся:

- планировать предстоящую практическую работу, соотносить свои действия с поставленной целью, прогнозировать действия, необходимые для получения планируемых результатов;
- осуществлять самоконтроль выполняемых практических действий, корректировку хода самостоятельной работы;
- самостоятельно организовывать деятельность в зависимости от характера выполняемой работы и маршрута путешествия;

учащиеся получат возможность:

- осуществлять поиск наиболее эффективных способов достижения результата в процессе совместной деятельности;
- действовать конструктивно, в том числе в ситуациях неуспеха, за счет умения осуществлять поиск с учетом имеющихся условий.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

обучающиеся научатся:

- организовывать совместную работу в паре или группе: распределять роли, осуществлять деловое сотрудничество и взаимопомощь;
- формулировать собственное мнение и транслировать варианты решения, аргументировано их излагать, выслушивать мнения и идеи товарищей, учитывать их при организации собственной деятельности и совместной работы;
- проявлять заинтересованное отношение к деятельности своих товарищей и результатам их работы, комментировать и оценивать их достижения в доброжелательной форме, высказывать им свои предложения и пожелания;

учащиеся получат возможность:

- совершенствовать свои коммуникативные умения и навыки, опираясь на приобретенный опыт в ходе занятий.

Образовательные (предметные):

- Развитие познавательного интереса к освоению программы обучения через понимание личностно-значимой цели;
- Приобретение знаний о туризме, в том числе об истории и о развитии туризма в Российской Федерации;
- Приобретение знаний об организации и деятельности общественных объединений граждан по интересам (туристских клубов);
- Приобретение знаний об организации и деятельности коммерческих туристических фирмах.

По направлению пешеходный туризм и трекинг:

Приобретение знаний, умений и навыков:

- Разработки и планирования маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом;
- Сопровождения и обеспечения безопасности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом;
- Проведения работ во время аварийных ситуаций при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

По направлению водный туризм:

Приобретение знаний, умений и навыков:

- Разработки и планирования маршрута при занятиях водным туризмом;
- Сопровождения и обеспечения безопасности при занятиях водным туризмом;
- Проведения работ во время аварийных ситуаций при занятиях водным туризмом.

4. ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОГРАММЫ

Отличительная особенность программы заключается в идее обучения детей навыкам организации, планирования и проведения туристских путешествий. Деятельность учащихся рассматривается, как продуктивная, в которой они выступают в роли организаторов туристских путешествий.

Программа «Юный инструктор-проводник» реализуется в течении 2 лет и включает в себя два направления подготовки: пешеходный туризм и водный туризм. Это связано с тем, что процесс обучения по программам водного туризма взаимосвязан с пешеходным туризмом. Все основные туристские навыки по организации быта, формированию туристского коллектива, изучению краеведческих достопримечательностей осуществляются преимущественно в пешеходных путешествиях.

Туристы-водники широко используют элементы пешеходного туризма в водных походах во время заброски на маршрут, радиальных выходов, аварийных сходов с маршрута и обноса непроходимых препятствий. Туристы-водники имеют основательную подготовку в области пешеходного туризма, в том числе ввиду сравнительно короткого сезона водных путешествий на территории Российской Федерации.

Содержание программы сформировано с учетом комплексного подхода к обучению детей безопасности организации и проведения туристских путешествий,

где специальная физическая подготовка формирует необходимые внутренние механизмы по поддержанию и развитию физических способностей, которые являются основой безопасности туристского путешествия и формируют привычки здорового образа жизни.

Программа является профессионально ориентированной, направлена на формирование компетенции учащегося, позволяющие грамотно и безопасно организовывать, и проводить туристские мероприятия, походы выходного дня, степенные походы (некатегорийные путешествия).

Реализация программы направлена на создание благоприятных условий, формирование нравственных качеств личности, так как в процессе освоения программы расширяется сфера общения учащихся, формируются навыки социального взаимодействия, накапливается положительный опыт поведения.

Содержание программы адаптировано под условия ее реализации в Учреждении, имеющиеся оборудованные полигоны, спортивные залы, а также материально-техническую базу и реализуется в сетевой форме.

5. АДРЕСАТ ПРОГРАММЫ

Базовый уровень подготовки учащихся для освоения программы

Учащиеся прошли обучение по программе туристско-краеведческой направленности стартового уровня сложности (144 часа) и программе базового уровня сложности «Туристы- водники» (648 часов), и занимались в объединениях учреждения в течении 4 лет. Совершили водные туристские походы 1-2 категории сложности. Имеют основные знания, навыки и умения необходимые участникам туристских походов. Участвовали в соревнованиях по туристскому многоборью на дистанциях водная и пешеходная. Принимали участие в различных мероприятиях туристско-краеведческой направленности.

Основанием для перевода группы учащихся (объединения) на обучение по программе «Юный инструктор-проводник» является:

- Освоение образовательной программы «Туристы-водники»;
- Участие в муниципальных и региональных мероприятиях не менее 50% учащихся объединения;
- Включение в число победителей и призеров мероприятий не менее 10% обучающихся.

Возраст учащихся - 14-17 лет.

Ранняя юность (14-17 лет) является важным и ответственным этапом развития личности. В этот период происходит становление психологических механизмов, которые оказывают влияние на процессы развития и самореализации. Именно в этом возрасте начинается раскрытие всех аспектов личности, развитие личностных возможностей, расширяется совместная деятельность с другими людьми, заканчивается подготовка к включению в самостоятельную жизнь как полноправного члена общества. Все это создает необходимые предпосылки для самореализации личности. В этом возрасте идет активный процесс формирования, усложнения личности, изменения иерархии потребностей.

Юношеский возраст особенно важен для решения задач самоопределения, самореализации и выбора жизненного пути, который связан с выбором профессии. Возраст юношества сенситивен для формирования психологической готовности к личностному, профессиональному и жизненному самоопределению, внутренне связан с построением жизненных планов, с определением дальнейшего пути.

Понятие «психологическая готовность» предполагает в данном случае наличие определенных способностей и потребностей, которые позволяют выпускнику школы с возможной полнотой реализовать себя. Это, прежде всего, потребность в общении, владение способами его построения, теоретическое мышление и умение ориентироваться в различных формах теоретического сознания, развитие рефлексии, с помощью которой осмысливается осознанное и критическое отношение к себе. Эти качества образуют психологическую базу для самоопределения – центрального образования раннего юношеского возраста.

В отличие от мечты, которая может быть, как активной, так и созерцательной, жизненный план – это план деятельности, поэтому он связан в первую очередь с выбором профессии.

Выбор будущей сферы деятельности составляет ядро процесса самоопределения. Следует обратить внимание на специфические внутренние условия выбора профессии в юношеском возрасте. Это все еще формирующееся мировоззрение, обобщенная форма самосознания, работа которого проявляется в стремлении молодого человека подойти к себе с позиций господствующих в обществе ценностей, наконец, открытие собственного «Я», переживаемого в форме чувства индивидуальной целостности и неповторимости.

Режим занятий

Программа реализуется в течении 2 лет, объем учебной нагрузки – 576 часов / 288 часов в год.

Начало учебного года - 01 сентября, окончание учебного года – 31 мая. Продолжительность учебного года – 36 недель.

Учет продолжительности времени занятий осуществляется в астрономических часах. Для организации отдыха учащихся, после каждых 45 минут занятия устраивается короткий перерыв, продолжительностью не менее 10 минут.

Режим занятий:

- 1 теоретическое занятие (аудиторное занятие) в неделю по разделу «Организация и проведение туристских походов» продолжительностью 2 часа;
- 1 практическое занятие в неделю по разделу «Общая и специальная физическая подготовка туриста» продолжительностью 2 часа в неделю;
- внеаудиторные и аудиторные практические занятия по разделу «Практика проектирования, проведения туристских походов и составления отчетности» (144 часа в год) – в соответствии с календарным учебным графиком.

Расписание занятий объединения составляет администрация учреждения с учетом возможностей образовательной организации и пожеланий родителей учащихся. Окончание занятий для детей до 16 лет – до 20:00; С 16 лет – до 21:00.

Календарный учебный график реализации программы составляется педагогом дополнительного образования на основании Календарного учебного графика МБУ ДО ДЮЦ «Галактика» на 2023-2024 и 2024-2025 учебный год.

Набор детей на обучение по программе осуществляется в два этапа:

- основной набор 15 апреля - 15 августа 2023 года;
- дополнительный набор 15 августа - 30 сентября 2023 года.

Учебный год делится на 2 полугодия, по окончании каждого полугодия проводится контрольное мероприятие освоения учащимися программы. По

окончанию 1-го учебного года проводится промежуточная аттестация. По окончании 2-го года обучения – итоговая аттестация выпускников.

Каникулярное время:

- Зимние каникулы – с 31 декабря по 9 января;
- Летние каникулы – с 01 июня по 31 августа.

В период летних каникул возможно проведение практических занятий по краткосрочным программам обучения.

Полугодие	Период начала и окончания	Кол-во учебных недель	Промежуточная аттестация учащихся	Итоговая аттестация учащихся
1 полугодие	01.09.2023-30.12.2023	16		
2 полугодие	09.01.2024-31.05.2024	20	Май	
3 полугодие	01.09.2024-30.12.2024	16		
4 полугодие	09.01.2025-31.05.2025	20		Май

6. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Образовательный процесс по реализации настоящей программы регламентируется Положением об организации и осуществлении образовательного процесса муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Галактика».

Форма обучения – очная.

Образовательный процесс осуществляется в детском объединении постоянного состава, сформированного на период реализации программы.

Наименование объединения – кружок.

Оптимальная наполняемость объединения – 12 учащихся.

Состав объединения – одновозрастная группа постоянного состава, преимущественно состоящая из учащихся, прошедших обучение по программе «Водный туризм» базового уровня (не менее 50%).

Основная форма проведения занятий – групповая. При проведении отдельных занятий учебная группа делится на подгруппы по 6 или 3 учащихся, в которых занятия проводятся отдельно (в разное время).

7. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Требования к знаниям и умениям выпускников по направлению пешеходный туризм и трекинг:

- Планировать и составлять план маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом;
- Анализировать и оценивать физико-географические особенности района при занятиях пешеходным туризмом и трекингом;
- Анализировать и оценивать потенциальные опасности и риски при занятиях пешеходным туризмом и трекингом;

- Анализировать и оценивать социально-культурные особенности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом;
- Анализировать и оценивать особенности состава группы (пол, возраст, уровень физической и технической подготовленности) при занятиях пешеходным туризмом и трекингом;
- Анализировать и оценивать технические особенности маршрута (общая протяженность, техническая сложность, уровень автономности) при занятиях пешеходным туризмом и трекингом;
- Составлять краткосрочные локальные прогнозы погоды на основе анализа доступных метеорологических данных и собственных наблюдений за погодой при занятиях пешеходным туризмом и трекингом;
- Подбирать необходимое личное и общественное снаряжение с учетом специфики предполагаемого маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом;
- Обеспечивать безопасность, профилактику и минимизацию опасностей и рисков, возможных на всех этапах прохождения маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом;
- Передвигаться в лесной и горной местности по тропам и без троп при занятиях пешеходным туризмом и трекингом;
- Передвигаться по простым горным травянистым, осыпным и снежным склонам, не требующим применения альпинистской страховки, при занятиях пешеходным туризмом и трекингом;
- Переправляться через лесные и горные реки;
- Ориентироваться в лесной и горной местности с использованием топографических карт и компаса, без применения карт и компаса, в условиях плохой видимости при занятиях пешеходным туризмом и трекингом;
- Пользоваться спутниковыми навигационными системами;
- Готовить пищу в походных условиях;
- Налаживать бивуаки в лесной и горной местности;
- Поддерживать коммуникацию с клиентом или группой при занятиях пешеходным туризмом и трекингом;
- Проводить спасательные работы своими силами с использованием подручных средств при занятиях пешеходным туризмом и трекингом;
- Взаимодействовать со службами спасения и группами, находящимися в районе, при занятиях пешеходным туризмом и трекингом;
- Использовать основные невербальные сигналы при работе с вертолетом при занятиях пешеходным туризмом и трекингом;
- Пользоваться техническими средствами связи: рациями, телефонами, а также спутниковыми навигационными системами при занятиях пешеходным туризмом и трекингом;
- Оказывать первую помощь при занятиях пешеходным туризмом и трекингом
- Транспортировать пострадавшего своими силами с использованием подручных средств на простом горном рельефе (горные тропы, простые травянистые, осыпные и снежные склоны) при занятиях пешеходным туризмом и трекингом;
- Создавать аварийные бивуаки в лесной и горной местности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом;
- Составлять отчет о туристском путешествии.

Требования к знаниям и умениям выпускников по направлению водный туризм:

- Разрабатывать водные туристские маршруты с учетом физико-географических и социально-культурных характеристик района прохождения маршрута, степени или категории сложности маршрута, потенциально опасных факторов маршрута, индивидуальных особенностей и уровня туристской подготовленности туристов при занятиях водным туризмом;
- Прогнозировать состояние водной и береговой обстановки на маршруте исходя из анализа метеорологических данных и собственных наблюдений за погодой, уровнем воды, береговой обстановкой при занятиях водным туризмом;
- Разрабатывать план действий и аварийные выходы с маршрута в аварийных ситуациях и при несчастных случаях в группе при занятиях водным туризмом
- Подбирать, анализировать и ремонтировать личное и групповое общее и специальное снаряжение с учетом сложности маршрута при занятиях водным туризмом;
- Составлять меню и раскладку продуктов, обеспечивать питьевой режим с учетом количества и предпочтений туристов, продолжительности маршрута при занятиях водным туризмом;
- Осуществлять упаковку и герметизацию продуктов, питьевой воды при занятиях водным туризмом;
- Обучать двигательным действиям при занятиях водным туризмом;
- Обучать гребковой технике: прямой и обратный гребки, дуговые прямой и обратный гребки, одиночное и параллельное притяжение, безопорная проводка весла, подруливание - при занятиях водным туризмом;
- Обучать торможению судна при помощи весел, камней в русле, береговых выступов и структуры потока при занятиях водным туризмом;
- Организовывать различные виды страховок на воде;
- Проходить сложные водные структуры (валы, бочки, сливы) и локальные препятствия (прижимы, камни в русле) на реке при занятиях водным туризмом;
- Ориентироваться на местности и на воде с использованием счисления пройденного пути, картографических материалов и компаса, средств навигации, спутниковых навигационных систем, подручных средств и природных признаков;
- Составлять прогнозы водной обстановки с учетом влияния погодных условий и изменения уровня воды при занятиях водным туризмом;
- Оценивать сложность препятствий на воде и разрабатывать тактико-технические схемы их преодоления;
- Проводить работы, связанные с установкой бивуака, готовить пищу, очищать и обеззараживать воду для питья в походных условиях при занятиях водным туризмом;
- Использовать снаряжение согласно его назначению при занятиях водным туризмом;
- Ремонтировать все виды снаряжения, используемого на водных маршрутах
- Разрабатывать комплексы мероприятий по предотвращению несчастных случаев при занятиях водным туризмом;
- Разрабатывать план действий и аварийные выходы при возникновении чрезвычайной ситуации или несчастных случаях при занятиях водным туризмом;
- Выживать в экстремальных природных условиях при занятиях водным туризмом;

- Проводить поисково-спасательные работы силами группы при занятиях водным туризмом;
- Взаимодействовать со службами спасения и другими участниками поисково-спасательных работ, в том числе с использованием средств связи (рации, телефоны, спутниковые навигационные системы), при занятиях водным туризмом;
- Проводить поиск пострадавшего на воде и на суше при занятиях водным туризмом;
- Оказывать первую помощь, в том числе при утоплении, при занятиях водным туризмом;
- Транспортировать пострадавшего с помощью подручных средств и средств сплава, в том числе вплавь различными способами, при занятиях водным туризмом;
- Пользоваться навыками бросания спасательного круга и спасательного конца Александра;
- Составлять прогноз водной обстановки с учетом влияния погодных условий и изменения уровня воды при занятиях водным туризмом;
- Составлять отчет о водном туристском путешествии.

Компетенции выпускников:

- Самостоятельная разработка некатегорийного маршрута при занятиях водным туризмом, пешеходным туризмом и трекингом;
- Сопровождение и обеспечение безопасности туристов при занятиях водным туризмом, пешеходным туризмом и трекингом;
- Проведение работ во время аварийных ситуаций при занятиях водным туризмом, пешеходным туризмом и трекингом.

Личностные результаты освоения программы:

- Готовность выпускника организовывать сообщества по интересам или предпринимательскую деятельность в интересах граждан, общества и государства;
- Гражданская позиция, направленная на бережное отношение и сохранение достояния России: памятников культуры, природы, результатов труда граждан и их имущества;
- Наличие необходимых для организатора туристских мероприятий навыков общения с людьми, лидерских качеств;
- Высокая культура общения, поведения в туристской группе, навыки влияния на окружающих, в целях обеспечения норм поведения и культуры общения.

Метопредметные:

- Мотивация к самостоятельным занятиям туризмом;
- Понимание и стремление к получению качественного результата деятельности и порученной работе;
- Выработка надлежащего отношения к порученному делу: самостоятельность, ответственность, активность, аккуратность.

8. ФОРМЫ КОНТРОЛЯ И АТТЕСТАЦИИ

Оценка освоения программы

Результат освоения программы оценивается индивидуально. Оценка освоения программы осуществляется по следующей шкале:

- Не знает, не умеет – 0 баллов;
- Знает, умеет удовлетворительно – 1 бал;
- Знает, умеет не в полном объеме – 2 бала;
- Знает, умеет в полном объеме – 3 бала.

Оценка освоения программы применяется при промежуточной и итоговой аттестации.

Текущий контроль

Во время текущего контроля педагогу целесообразнее использовать следующую систему словесного оценивания деятельности учащихся:

- Правильно, верно
- Не совсем точно, не совсем верно
- Неправильно, не верно

Данная система не представляет для учащегося опасности формального подхода, сохраняет уровень дружелюбных взаимоотношений между педагогом и учащимся, что является ценным фактором продуктивной деятельности по программе обучения.

Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация проводится по итогам первого года обучения. Оценка освоения программы складывается из суммы оценочных баллов по:

- Выполнению тестового задания по разделу «Организация и проведение туристских походов»;
- Оценки практической работы по сопровождению туристов (клиентов) в туристском походе;
- Уровню мотивации и подготовки по разделу «Общая и специальная физическая подготовка туриста»;
- Письменной работы - «Проект похода выходного дня с одной-двумя ночевками в полевых условиях»;
- Письменной работы – «Отчет о проведении похода выходного дня с одной-двумя ночевками в полевых условиях».

Итоговая аттестация

Итоговая аттестация проводится по итогам второго года обучения. Оценка освоения программы складывается из суммы оценочных баллов по:

- Выполнению тестового задания по разделу «Организация и проведение туристских походов»;
- Оценки практической работы по сопровождению туристов (клиентов) в туристском походе;
- Уровню мотивации и подготовки по разделу «Общая и специальная физическая подготовка туриста»;

- Письменной работы - «Проект степенного водного похода»;
 - Письменной работы – «Отчет о проведении степенного водного похода».
- Результаты промежуточной и итоговой аттестации фиксируется в ведомости, в установленном порядке. Письменные работы хранятся в электронном виде в течении 3 лет.

Общая оценка результативности реализации программы

Общая оценка результативности реализации программы формируется из следующих показателей:

Показатель	Количественный	Относительный	Качественный
Освоение учащимися образовательной программы	Прошедших/ не прошедших итоговую аттестацию (чел.)	Прошедших итоговую аттестацию (процент)	Оценка уровня подготовки выпускников
Участие обучающихся в муниципальных, региональных, всероссийских мероприятиях	Количество участников (чел.)	Процент участников мероприятий из общего состава группы	Перечень мероприятий
Наличие победителей, призеров муниципальных, региональных, всероссийских мероприятиях	Количество победителей (чел.)	Процент победителей мероприятий из общего состава группы	Перечень мероприятий с указанием занятых призовых мест

Общая оценка результативности реализации программы формируется в виде аналитической справки, которая оценивается исходя из следующих показателей:

Показатель	Минимальный положительный результат
Освоение учащимися образовательной программы	80 % прошедших итоговую аттестацию
Участие обучающихся в муниципальных, региональных, всероссийских мероприятиях	80% состава группы
Наличие победителей, призеров муниципальных, региональных, всероссийских мероприятиях	50% состава группы

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Учебные помещения, сооружения:

- Учебный класс
- Спортивный зал
- Спортивная площадка
- Помещение для ремонта, обслуживания туристских судов
- Помещение для сушки и хранения снаряжения

Оборудование:

№	Наименование	Количество
1	Рюкзак туристический, спальник	15 комп.
2	Рукавицы брезентовые	15 пар.
3	Туристские суда (катамараны, байдарки)	на 15 посадочных мест
4	Спасательные жилеты	15 шт.
5	Весла	15 шт.
6	Конец «Александрова»	по количеству судов
7	Гермоупаковки	15 шт.
8	Защитный шлем или каска	15 шт.
9	Баул транспортировочный	2 шт.
10	Верёвка основная б=10мм (б=60м-3шт., б=25м - 4шт.,	280м.
11	Веревка б=6мм (репшнур б=2м-15шт)	30м.
12	Страховочные системы	15 шт.
13	Карабины	55 шт.
14	Тент 3Х3	2 шт.
15	Палатка на 3 чел.	4 шт.
16	Коврик туристический	15 шт.
17	Рулетка (20 м.)	1 шт.
18	Секундомер, хронометр	2шт.
19	Блок для переправы	2шт.
20	Котелок туристический	2шт.
21	Топор	1шт.
22	Медицинская аптечка	1шт.
23	Карты	15 шт.
24	Зажим для подъема по веревке	12 шт.
25	Петли страховочные	10 шт.
26	Устройство для спуска по веревке	12 шт.
27	Оттяжка с карабином	8 шт.
28	Компас жидкостной	12 шт.
29	Спортивная экипировка	12 шт.
30	Компьютер	1 шт.
31	Принтер цветной	1 шт.
32	Проектор	1 шт.

10. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Для проведения теоретических и практических занятий используются информационные ресурсы, которые включают в себя:

- планы-конспекты каждого занятия;
- методические сборники и литература по данному направлению;
- схемы и таблицы для учебных занятий;
- дидактический и раздаточный материал;
- фото и видеоматериалы специализированных съемок, съемок соревнований.
- регламент проведения соревнований различного вида;
- презентации по разделам;
- <http://www.tmmoscow.ru> - официальный сайт, посвященный спортивному туризму всех видов в Москве и России;
- <http://turcentrf.ru/> - официальный сайт, Федерального центра детско-юношеского туризма и краеведения;
- <http://dc-tur.ru> - официальный сайт МБУ ДО ДЮЦ «Галактика».

11. КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Требования к кадровому обеспечению программы:

- соответствие педагогического работника требованиям профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых", утвержденного Приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 5 мая 2018 г. № 298н;
- Опыт руководства водными туристскими походами не ниже 1 категории сложности;
- Инструктор детско-юношеского туризма или опыт работы по программам туристско-краеведческой направленности не менее 5 лет.

В МБУ ДО ДЮЦ «Галактика» программу реализует: педагог дополнительного образования Михаил Лазаревич Малинкович.

12. УЧЕБНЫЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ

№	Наименование раздела программы	Кол-во часов 1-ый год обучения	Кол-во часов 2-ой год обучения	Сумма часов
1	Организация и проведение туристских походов	72	72	144
2	Общая и специальная физическая подготовка туриста	72	72	144
3	Практика проектирования, проведения туристских походов и составления отчетности	144	144	288
	ИТОГО:	288	288	576

Первый год обучения

Учебный план раздела «Организация и проведение туристских походов»

№	Тема занятий	Всего (часов)	Теория (часов)	Практика (часов)	Формы аттестации/ контроля
1	Введение в образовательную программу	2	2	0	Контроль остаточных знаний
2	Пешеходный туризм и трекинг в России	10	10	0	Текущий контроль/ устный опрос
3	Разработка и планирование маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом	20	20	0	Текущий контроль/ устный опрос
4	Сопровождение и обеспечение безопасности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом	16	16	0	Текущий контроль/ устный опрос
5	Проведение работ во время аварийных ситуаций при занятиях пешеходным туризмом и трекингом	16	16	0	Текущий контроль/ устный опрос
6	Подведение итогов и отчетность о путешествии	8	8	0	Текущий контроль/ устный опрос
	ИТОГО:	72	72	0	Промежуточная аттестация

Содержание раздела «Организация и проведение туристских походов»

Тема 1. Введение в образовательную программу.

Данное занятие преследует определённые цели и задачи, реализация которых имеет большое значение для всей последующей деятельности объединения:

- вызвать у детей интерес к занятиям в объединении, стремление к овладению необходимыми знаниями и умениями;
- познакомить детей с образовательной программой, с перспективами личностного развития;
- выявить уровень остаточных знаний и базовых представлений о туризме, организации и проведении путешествий.

Кроме того, в ходе вводного занятия решаются ряд организационных моментов:

- режим и график проведения занятий в объединении;

- правила поведения в образовательном учреждении;
- проводится инструктаж по охране труда.

Теория:

Программа «Юный инструктор-проводник», постановка учебных задач на весь период обучения, на учебный год. Мотивация к обучению через личностные цели обучения, значимые мероприятия, проводимые в ходе реализации программы.

Охрана труда, её назначение, цели и задачи. Обязанности каждого учащегося соблюдать требования правил охраны труда, поведения, правил дорожного движения. Программа охраны труда учащихся - вводный инструктаж. Инструктаж по правилам поведения обучающихся и правилам дорожного движения.

Устный опрос: «Как организовать и провести туристский поход», «Охрана труда».

Тема 2. Пешеходный туризм и трекинг в России.

Теория:

Различия между понятиями пешеходный туризм и трекинг. Туристские возможности пешеходного туризма и трекинга в России, Московской области. Доступность пешеходного туризма и трекинга. Нормативно-правовая база организации путешествий в России. Коммерческие организации в сфере туризма. Общественные организации, туристские клубы и иные объединения туристов. Семейный туризм. Детско-юношеский туризм. Походы выходного дня, степенные походы, категорийные походы, спортивные туристские походы. Цели путешествий. Разнообразие форм путешествий. Значение туризма в жизни человека, общества и государства.

Тема 3. Разработка и планирование маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

Теория:

Основные принципы, этапы и особенности планирования маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Источники информации. Анализ и актуализация информации. Физико-географические особенности района путешествия. Погодные и климатические условия района путешествия. Флора и фауна района путешествия. Характер и особенности рельефа района путешествия.

Особенности водных ресурсов: реки, ручьи, озера. Социально-культурные особенности района маршрута. Традиции, нормы и правила поведения, принятые в районе путешествия. Базовые принципы составления краткосрочного локального прогноза погоды на основе анализа доступных метеорологических данных и собственных наблюдений за погодой при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

Правила безопасности при использовании различных видов личного, группового страховочного и специального туристского снаряжения при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Методы налаживания быта, организации питьевого режима и питания туристов во время прохождения пеших путешествий в лесной и горной местности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

Методы разбиения бивуаков в лесной и горной местности. Общие принципы охраны природы при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Основные способы соблюдения экологической безопасности и минимизации негативного

воздействия на природу при проведении путешествий в лесной и горной местности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

Целевые объекты путешествия: культурно-исторические памятники, природные объекты, населенные пункты, объекты культуры. Организация досуга во время путешествия.

Составление плана путешествия. Нормы пеших переходов на маршруте в соответствии с планом путешествия, возраста туристов и их подготовкой. Подбор снаряжения. Расчет рациона и меню питания с учетом плана путешествия. Расчет сметы путешествия. Составление и оформление проекта путешествия.

Тема 4. Сопровождение и обеспечение безопасности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

Теория:

Основные способы проведения пешеходных маршрутов в лесной и горной местности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Опасные препятствия и явления на маршруте путешествия. Способы преодоления препятствий. Мониторинг, анализ и оценка различных видов опасностей и рисков при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Основные способы обеспечения безопасности.

Основные способы ориентирования в лесной горной местности как с использованием специальных технических средств (карты, компасы, спутниковые навигационные системы), так и без использования специальных технических средств (по солнцу, луне и звездам, а также местным признакам и явлениям природы).

Основные способы организации быта, питьевого режима и питания в пешеходных путешествиях в лесной и горной местности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Основные способы организации бивуаков в лесной и горной местности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Основные способы приготовления пищи, способы добычи воды, ее очистки и обеззараживания в походных условиях при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

Территориальные органы МЧС России и спасательные службы в районе прохождения маршрута. Основные способы поддержания коммуникации с туристами или группой при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

Инструктажи по правилам безопасности. Правила поведения и нормы поведения в туристской группе. Способы поддержания норм поведения в туристской группе. Основные способы разрешения конфликтных ситуаций.

Тема 5. Проведение работ во время аварийных ситуаций при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

Теория:

Аварийные ситуации при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Планирование аварийных сходов с маршрута во время подготовки к путешествию. Ситуационные решения в путешествии при аварийной ситуации. Алгоритм действий по предупреждению аварийных ситуаций, действия при возникновении аварийной ситуации на маршруте.

Основные принципы организации и техники проведения спасательных работ своими силами с использованием подручных средств при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Основные способы организации коммуникации и взаимодействия со службами спасения и группами, находящимися в районе, при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

Основные способы применения средств связи: рации, телефона, мобильной

сети Интернет, а также спутниковых навигационных систем. Основные способы оказания первой помощи при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

Основные способы организации транспортировки пострадавших подручными средствами на простом и горном рельефе (горные тропы, простые травянистые, осыпные и снежные склоны) при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

Основные способы организации аварийных бивуаков в лесной и горной местности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Анализ аварийной ситуации.

Ответственность за жизнь и здоровье людей при проведении путешествий в организованных и неорганизованных формах.

Тема 6. Подведение итогов и отчетность о путешествии.

Теория:

Значение и необходимость подведения итогов о путешествии. Формы подведения итогов о путешествии. Проведение общего собрания группы. Личностно-ориентированный и групповой подход по подведению итогов путешествия.

Виды отчетности о проведенном путешествии. Формальные виды отчетов: отчет в МКК, отчет руководителю. Неформальные виды отчетов: информация в социальных сетях, на сайтах в сети Интернет; видеофильмы; издание журналов, газет и иной печатной продукции.

Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация по разделу «Организация и проведение туристских походов» проводится на последнем занятии в учебном году в форме тестирования.

Учебный план раздела «Общая и специальная физическая подготовка туриста»

№	Тема занятий	Всего (часов)	Теория (часов)	Практика (часов)	Формы аттестации/ контроля
1	Общая физическая подготовка	24	0	24	Контроль остаточных знаний
2	Специальная физическая подготовка	24	0	24	Текущий контроль/ устный опрос
3	Технико-тактическая подготовка для участия в соревнованиях по туристскому многоборью, дистанция - пешеходный туризм	20	0	20	Текущий контроль/ устный опрос
4	Самоконтроль за состоянием здоровья во время выполнения спортивных упражнений	4	0	4	Текущий контроль/ устный опрос
	ИТОГО:	72	0	72	Промежуточная аттестация

Тема 1. Общая физическая подготовка.

Влияние различных физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности, на совершенствование двигательных качеств человека (быстрота, сила, ловкость, выносливость). Совершенствование

координации движений и точности их выполнения под влиянием систематических занятий физической культурой и спортом.

Совершенствование функций органов дыхания и кровообращения под воздействием занятий спортом. Влияние занятий физическими упражнениями на обмен веществ.

Практические занятия.

Подготовка групп мышц для выполнения специфических упражнений необходимых для преодоления препятствий в походе. Выполнение общеукрепляющего комплекса упражнений для выработки выносливости, силы, быстроты, гибкости, координации движения.

Тема 2. Специальная физическая подготовка.

Роль и значение специальной физической подготовки для роста мастерства туристов. Место специальной физической подготовки 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. Основная цель тренировочных походов – приспособление организма к походным условиям. Привыкание к нагрузке (выносливость): постепенность, систематичность, использование разнообразных средств для этого. Зависимость вида тренировок от характера предстоящего похода.

Практические занятия.

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

Тема 3. Техничко-тактическая подготовка для участия в соревнованиях по туристскому многоборью, дистанция - пешеходный туризм.

Основные этапы соревнований по туристскому многоборью на дистанции пешеходный туризм: спуск и подъем по перилам, навесные переправы по перилам, переправы по бревну с перилами; траверс.

Практические занятия.

Наведение переправ, организация перил на подъеме, спуске и траверсе. Преодоление искусственных препятствий на время с использованием специального снаряжения.

Тема 4. Самоконтроль за состоянием здоровья во время выполнения спортивных упражнений.

Практические занятия.

Самоконтроль самочувствия. Способы самоконтроля за состоянием здоровья. Профилактика заболеваний и травм.

Учебный план раздела «Практика проектирования, проведения туристских походов и составления отчетности»

При реализации учебного плана раздела «Практика проектирования, проведения туристских походов и составления отчетности» необходимо чередовать темы практических занятий при постановке конкретных учебных задач: организация и проведение однодневного похода; организация похода с ночевками и т.д. Занятия проводятся как аудиторные, так и внеаудиторные (походы, путешествия). Практическая работа учащихся по руководству и сопровождению туристских групп может осуществляться на базе других групп Учреждения, с учащимися по программам туристско-краеведческой направленности стартового уровня.

№	Тема занятий	Всего (часов)	Теория (часов)	Практика (часов)	Формы аттестации/ контроля
1	Проектирование туристских походов	48	0	48	Текущий контроль/ наблюдение, Контрольные, зачетные работы
2	Сопровождение туристских групп на маршруте и составление отчетности	72	0	72	Текущий контроль/ наблюдение, Контрольные, зачетные работы
3	Аварийные ситуации в туристских походах	24	0	24	Текущий контроль/ наблюдение, Контрольные, зачетные работы
	ИТОГО:	144	0	144	Промежуточная аттестация

Содержание раздела «Практика проектирования, проведения туристских походов и составления отчетности»

Тема 1. Проектирование туристских походов.

Разработка и планирование маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Составление проекта путешествия. Сбор и анализ информации о физико-географических и социально-культурных особенностях района маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Оценка рисков предполагаемого маршрута, включая оценку погодных и климатических условий при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Составление подробного плана маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Планирование запасных вариантов прохождения маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Разработка плана действий при возникновении чрезвычайной ситуации или несчастном случае в группе при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Сопровождение регистрации туристских групп и туристов в территориальных органах Министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (далее - МЧС России) или в службах спасения. Подготовка снаряжения при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Разработка списков необходимого личного и общественного снаряжения при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Проверка личного и общественного снаряжения перед выходом на маршрут при

занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Планирование питания и питьевого режима на маршруте при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Составление походной раскладки продуктов и меню питания, питьевого режима с учетом предпочтений клиентов и специфики приготовления пищи и обеспечения водой в походных условиях при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Составление сметы расходов. Проведение инструктажа туристов (клиентов) по правилам безопасности перед выходом на маршрут при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Планирование связи на маршруте; проверка исправности средств связи.

Тема 2. Сопровождение туристских групп на маршруте и составление отчетности.

Сопровождение туристов (клиентов) во время пешеходных путешествий в лесной и горной местности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Руководство группой на маршруте при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

Принятие мер безопасности во время прохождения маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Выбор оптимальной тактики прохождения маршрута в зависимости от потенциальных опасностей при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Движение группы на маршруте: лидирование и замыкание при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

Ориентирование на местности, выбор оптимального пути при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Выбор оптимального темпа передвижения и режима отдыха при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Коммуникация с туристами (клиентами), оказание им помощи, консультирование и инструктирование во время путешествия при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

Налаживание быта, организация питьевого режима и питания туристов (клиентов) на маршруте при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Приготовление и организация приема пищи, питьевой воды при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

Обустройство бивуаков и мест отдыха на маршруте при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Принятие мер по минимизации негативного воздействия на природу при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Составление отчета о путешествии.

Тема 2. Аварийные ситуации в туристских походах

Регистрация группы в аварийно-спасательных службах до начала путешествия при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Разработка плана действий при несчастном случае до начала путешествия при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

Подготовка снаряжения необходимого для обеспечения безопасности группы при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Формирование аптечки первой помощи до начала путешествия при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

Создание системы коммуникации внутри группы, группы и базового лагеря, группы и службы спасения до начала путешествия при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Вызов помощи при возникновении аварийной ситуации или несчастном случае при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

Коммуникация и взаимодействие со службой спасения и другими группами, находящимися в районе, при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

Оказание первой помощи пострадавшему, контроль его состояния (сознание, дыхание, кровообращение), оказание психологической поддержки при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Обеспечение необходимого ухода за пострадавшим при занятиях пешеходным туризмом и трекингом до передачи в службу спасения или в медицинское учреждение. Транспортировка пострадавшего при занятиях пешеходным туризмом и трекингом силами группы с использованием подручных средств. Эвакуация пострадавшего при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

Создание аварийных бивуаков в лесной и горной местности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

Контрольные, зачетные работы:

№	Наименование работы	Срок представления	Формы аттестации/ контроля
1	Проект однодневного похода выходного дня	до 30.12.2023	Контрольная работа 1-го полугодия
2	Отчет о проведении похода выходного дня	до 30.12.2023	Контрольная работа 1-го полугодия
3	Проект похода выходного дня с одной-двумя ночевками в полевых условиях	до 30.05.2024	Зачетная работа/ промежуточная аттестация
4	Отчет о проведении похода выходного дня с одной-двумя ночевками в полевых условиях	до 30.05.2024	Зачетная работа/ промежуточная аттестация

Второй год обучения

Учебный план раздела «Организация и проведение туристских походов»

№	Тема занятий	Всего (часов)	Теория (часов)	Практика (часов)	Формы аттестации/ контроля
1	Вводное занятие	2	2	0	Контроль остаточных знаний
2	Водный туризм в России	10	10	0	Текущий контроль/ устный опрос
3	Разработка и планирование маршрута при занятиях водным туризмом	20	20	0	Текущий контроль/ устный опрос
4	Сопровождение и обеспечение безопасности при занятиях водным туризмом	16	16	0	Текущий контроль/ устный опрос
5	Проведение работ во время аварийных ситуаций при занятиях водным туризмом	16	16	0	Текущий контроль/ устный опрос
6	Подведение итогов и отчетность о путешествии	8	8	0	Текущий контроль/ устный опрос
	ИТОГО:	72	72	0	Итоговая аттестация

Содержание раздела «Организация и проведение туристских походов»

Тема 1. Вводное занятие.

Данное занятие преследует определённые цели и задачи, реализация которых имеет большое значение для всей последующей деятельности объединения:

- вызвать у детей интерес к занятиям в объединении, стремление к овладению необходимыми знаниями и умениями;
- познакомить детей с образовательной программой, с перспективами личностного развития;
- выявить уровень остаточных знаний.

Кроме того, в ходе вводного занятия решаются ряд организационных моментов:

- режим и график проведения занятий в объединении;
- правила поведения в образовательном учреждении;
- проводится инструктаж по охране труда.

Теория:

Программа «Юный инструктор-проводник», постановка учебных задач на учебный год. Мотивация к обучению через личностные цели обучения, значимые мероприятия, проводимые в ходе реализации программы.

Охрана труда, её назначение, цели и задачи. Обязанности каждого учащегося соблюдать требования правил охраны труда, поведения, правил дорожного движения. Программа охраны труда учащихся - вводный инструктаж. Инструктаж по правилам поведения обучающихся и правилам дорожного движения.

Устный опрос: «Как организовать и провести туристский поход», «Охрана труда».

Тема 2. Водный туризм в России.

Теория:

Водный туризм. Туристские возможности водного туризма и трекинга в России, Московской области. Доступность водного туризма. Нормативно-правовая база организации путешествий в России. Коммерческие организации в сфере туризма.

Общественные организации, туристские клубы и иные объединения туристов.

Семейный туризм. Детско-юношеский туризм. Походы выходного дня, степенные походы, категорийные походы, спортивные туристские походы. Цели путешествий.

Разнообразие форм путешествий. Значение туризма в жизни человека, общества и государства.

Тема 3. Разработка и планирование маршрута при занятиях водным туризмом.

Теория:

Основные принципы, этапы и особенности планирования маршрута при занятиях водным туризмом. Источники информации. Анализ и актуализация информации.

Особенности района планируемого маршрута. Физико-географические и социально-культурные характеристики основных районов проведения водных туристско-спортивных мероприятий при занятиях водным туризмом. География, основы гидрологии, метеорологии, климатологии. Опасности и риски в водном туризме.

Технология разработки графика движения по маршруту, аварийных выходов с маршрута при занятиях водным туризмом. Требования к подбору общего и специального снаряжения для водного туризма, особенности его эксплуатации, методы проведения ремонтных и профилактических работ при занятиях водным туризмом.

Основы организации питания, питьевого режима во время прохождения туристских мероприятий, включая особенности организации питания и питьевого режима в водном туризме и непосредственно на маршруте. Технологии сохранности продуктов, составления меню, приготовления пищи, способы очистки и обеззараживания воды при занятиях водным туризмом.

Методы и средства определения уровня туристской подготовленности туристов в соответствии с требованиями водного туризма. Структура, содержание и особенности психолого-педагогических, спортивно-оздоровительных и культурно-досуговых мероприятий для водного туризма.

Принципы и способы охраны природы, минимизации негативного воздействия на окружающую среду при прохождении маршрута, обеспечения пожарной и транспортной безопасности при занятиях водным туризмом.

Организация досуга во время путешествия.

Составление плана путешествия. Нормы переходов на маршруте в соответствии с планом путешествия, возраста туристов и их подготовкой. Подбор снаряжения.

Расчет рациона и меню питания с учетом плана путешествия. Расчет сметы путешествия.

Составление и оформление проекта путешествия.

Тема 4. Сопровождение и обеспечение безопасности при занятиях водным туризмом.

Теория:

Принципы и способы руководства туристской группой при занятиях водным туризмом. Динамика водного потока. Естественные и искусственные препятствия в водном туризме.

Основные способы страховки на воде и при пешеходных забросках на маршруте и выходе с маршрута. Техника выполнения основных видов гребков, способы управления средствами сплава. Техника преодоления водных структур и локальных препятствий. Топография и ориентирование в водном туризме. Организация привалов, ночлегов и очагов, а также питания в условиях водного маршрута.

Снаряжение для водного туризма - требования, применение и ремонт.

Правила личной гигиены и санитарной безопасности, правила оказания первой помощи при травмах и заболеваниях в пути следования.

Номера контактных телефонов территориальных органов МЧС России или спасательных служб в районе прохождения маршрута. Экология и охрана природы в водном туризме.

Тема 5. Проведение работ во время аварийных ситуаций при занятиях водным туризмом.

Теория:

Схемы мероприятий по предотвращению чрезвычайных ситуаций и несчастных случаев при занятиях водным туризмом. Опасности и риски в водном туризме, причины возникновения аварийных ситуаций и несчастных случаев при занятиях водным туризмом.

Тактические приемы проведения поисково-спасательных работ при занятиях водным туризмом. Технология разработки плана проведения поисково-спасательных работ и аварийных выходов с маршрута при занятиях водным туризмом.

Принципы и способы организации страховки на воде и при пешеходных забросках на маршрут и выходе с маршрута при занятиях водным туризмом.

Основные способы транспортировки пострадавшего с использованием подручных средств и средств сплава.

Основы выживания в экстремальных природных условиях при занятиях водным туризмом.

Тема 6. Подведение итогов и отчетность о путешествии.

Теория:

Значение и необходимость подведения итогов о путешествии. Формы подведения итогов о путешествии. Проведение общего собрания группы. Личностно-ориентированный и групповой подход по подведению итогов путешествия.

Виды отчетности о проведенном путешествии. Формальные виды отчетов: отчет в МКК, отчет руководителю. Неформальные виды отчетов: информация в социальных сетях, на сайтах в сети Интернет; видеofilмы; издание журналов, газет и иной печатной продукции.

Итоговая аттестация

Итоговая аттестация по разделу «Организация и проведение туристских походов» проводится на последнем занятии в учебном году в форме тестирования.

Учебный план раздела «Общая и специальная физическая подготовка туриста»

№	Тема занятий	Всего (часов)	Теория (часов)	Практика (часов)	Формы аттестации/ контроля
1	Общая физическая подготовка	34	0	34	Контроль остаточных знаний
2	Специальная физическая подготовка	34	0	34	Текущий контроль/ устный опрос
3	Самоконтроль за состоянием здоровья во время выполнения спортивных упражнений	4	0	4	Текущий контроль/ устный опрос
	ИТОГО:	72	0	72	Итоговая аттестация

Тема 1. Общая физическая подготовка.

Влияние различных физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности, на совершенствование двигательных качеств человека (быстрота, сила, ловкость, выносливость). Совершенствование координации движений и точности их выполнения под влиянием систематических занятий физической культурой и спортом. Совершенствование функций органов дыхания и кровообращения под воздействием занятий спортом. Влияние занятий физическими упражнениями на обмен веществ.

Практические занятия.

Подготовка групп мышц для выполнения специфических упражнений необходимых для преодоления препятствий в походе. Выполнение общеукрепляющего комплекса упражнений для выработки выносливости, силы, быстроты, гибкости, координации движения.

Тема 2. Специальная физическая подготовка.

Роль и значение специальной физической подготовки для роста мастерства туристов. Место специальной физической подготовки 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. Основная цель тренировочных походов – приспособление организма к походным условиям. Привыкание к нагрузке (выносливость): постепенность, систематичность, использование разнообразных средств для этого. Зависимость вида тренировок от характера предстоящего похода.

Практические занятия.

Специальные упражнения на развитие выносливости. Упражнения на развитие быстроты. Упражнения для развития силы. Упражнения для развития

гибкости, на растягивание и расслабление мышц.

Тема 3. Самоконтроль за состоянием здоровья во время выполнения спортивных упражнений.

Практические занятия.

Самоконтроль самочувствия. Способы самоконтроля за состоянием здоровья. Профилактика заболеваний и травм.

Учебный план раздела «Практика проектирования, проведения туристских походов и составления отчетности»

При реализации учебного плана раздела необходимо чередовать темы практических занятий при постановке конкретных учебных задач: организация и проведение однодневного похода; организация похода с ночевками. Обучение носит циклический характер, к каждой теме необходимо возвращаться несколько раз в связи с увеличением сложности поставленной учебной задачи.

№	Тема занятий	Всего (часов)	Теория (часов)	Практика (часов)	Формы аттестации/ контроля
1	Проектирование туристских походов	48	0	48	Текущий контроль/ наблюдение, Контрольные, зачетные работы
2	Сопровождение туристских групп на маршруте и составление отчетности	72	0	72	Текущий контроль/ наблюдение, Контрольные, зачетные работы
3	Аварийные ситуации в туристских походах	24	0	24	Текущий контроль/ наблюдение, Контрольные, зачетные работы
	ИТОГО:	144	0	144	Итоговая аттестация

Содержание раздела «Практика проектирования, проведения туристских походов и составления отчетности»

При реализации учебного плана раздела «Практика проектирования, проведения туристских походов и составления отчетности» необходимо чередовать темы практических занятий при постановке конкретных учебных задач: организация и проведение однодневного похода; организация похода с ночевками и т.д. Занятия проводятся как аудиторные, так и внеаудиторные (походы, путешествия). Практическая работа учащихся по руководству и сопровождению туристских групп может осуществляться на базе других групп Учреждения, с учащимися по программам туристско-краеведческой направленности стартового или базового уровня.

Тема 1. Проектирование туристских походов.

Выбор района и разработка маршрута, времени прохождения маршрута, составление графика движения по маршруту, разработка запасных вариантов маршрута при занятиях водным туризмом. Составление проекта путешествия. Сбор и изучение информации о маршруте - картография, физико-географические и социально-культурные характеристики, лотия реки, описание водных препятствий и технически сложных участков маршрута при занятиях водным туризмом. Определение потенциально опасных факторов маршрута, включая влияние природно-климатических условий при занятиях водным туризмом. Разработка тактико-технических схем преодоления водных препятствий и сложных участков маршрута при занятиях водным туризмом

Разработка плана аварийных выходов с маршрута в случае возникновения чрезвычайной ситуации при занятиях водным туризмом. Сопровождение регистрации туристских групп и туристов в территориальных органах МЧС России или в службах спасения. Комплектование туристской группы исходя из сложности маршрута при занятиях водным туризмом. Знакомство с группой, подготовка к прохождению маршрута, разбивка по экипажам при занятиях водным туризмом

Планирование мест размещения, базовых лагерей и бивуаков, а также мероприятий, направленных на охрану природной среды при занятиях водным туризмом. Подбор и подготовка личного и группового снаряжения при занятиях водным туризмом. Выбор средств сплава исходя из сложности маршрута и уровня технической подготовленности туристов при занятиях водным туризмом. Проверка комплектности и исправности снаряжения перед выходом на маршрут, упаковка, подготовка к транспортировке при занятиях водным туризмом. Планирование организации питьевого режима и питания на маршруте и при транспортных переездах, подготовка кострового оборудования при занятиях водным туризмом. Комплектование аптечки, упаковка, подготовка к транспортировке при занятиях водным туризмом.

Планирование транспортного обеспечения маршрута: подъезд к началу маршрута, отъезд с места окончания маршрута, внутри-маршрутные переезды, автосопровождение при занятиях водным туризмом. Планирование связи на маршруте; проверка исправности средств связи. Проведение инструктажа туристов перед выходом на маршрут, проведение повторных инструктажей перед прохождением препятствий и технически сложных участков маршрута при занятиях водным туризмом. Составление сметы расходов.

Тема 2. Сопровождение туристских групп на маршруте и составление отчетности.

Техническая подготовка туристов перед прохождением водного маршрута. Отработка основных технических приемов управления судном. Синхронизация гребли, команды и их применение при прохождении препятствий. Использование особенностей водного потока при управлении судном, отчаливании и причаливании на различных участках реки. Управление судном в препятствиях с вертикальными и горизонтальными циркуляциями, пульсациями потока, сбоями струй, валами и другими неупорядоченными течениями. Управление выбранными для прохождения средствами сплава: байдарками, катамаранами, рафтами. Инструктирование туристов по основным способам страховки: самостраховка, постановка судна на киль, взаимостраховка, страховка с берега, страховка с воды, комбинация страховок.

Сопровождение туристов при транспортных переездах и при движении по маршруту при занятиях водным туризмом. Проведение инструктажа по правилам

безопасности при движении по маршруту, при прохождении сложных участков и водных препятствий, правилам поведения на воде и суше. Руководство группой при движении по маршруту при занятиях водным туризмом. Взаимодействие инструкторов-проводников внутри туристской группы при занятиях водным туризмом.

Руководство экипажем и управление средством сплава. Оценка водной обстановки и разработка тактических схем движения по маршруту в зависимости от погодных условий и изменения уровня воды. Мониторинг и прогнозирование погодных условий при занятиях водным туризмом. Ориентирование на воде и на местности при занятиях водным туризмом. Обработка водных препятствий при занятиях водным туризмом.

Разведка препятствия, выбор линии движения и тактической схемы прохождения препятствия, выбор мест и способов страховки, выбор мест и проведение фото-видеосъемки при занятиях водным туризмом. Прохождение препятствия согласно линии движения, тактической схеме и с организованной страховкой при занятиях водным туризмом.

Организация бивуака, питьевого режима и питания туристов при занятиях водным туризмом. Выбор места привала для отдыха и места ночевки, обустройство места ночевки, приготовление пищи, питьевой воды, обеспечение выполнения мер по охране природы при занятиях водным туризмом. Использование общего и специального снаряжения в зависимости от его назначения при занятиях водным туризмом.

Ремонт снаряжения в случае его повреждения при занятиях водным туризмом. Обслуживание туристов: коммуникация, обучение, оказание помощи, консультирование, инструктирование при занятиях водным туризмом. Составление отчета о прохождении маршрута.

Тема 2. Аварийные ситуации в туристских походах

Регистрация группы в аварийно-спасательных службах до начала путешествия при занятиях водным туризмом. Разработка мероприятий по предотвращению чрезвычайных ситуаций и несчастных случаев при занятиях водным туризмом.

Предпоходная разработка плана мероприятий и аварийных выходов с маршрута в случае возникновения чрезвычайной ситуации, а также тактико-технических схем преодоления сложных участков маршрута при занятиях водным туризмом. Предпоходная разработка механизма взаимодействия внутри группы, а также группы с руководством организации, предоставляющей услугу, службами спасения при занятиях водным туризмом. Предпоходная подготовка снаряжения для обеспечения безопасности группы, комплектование аптечки при занятиях водным туризмом. Руководство поисково-спасательными работами и выполнение поисково-спасательных работ при занятиях водным туризмом

Проведение спасательных работ силами группы до прибытия службы спасения при занятиях водным туризмом. Взаимодействие со службами спасения, а также туристскими группами, находящимися в районе маршрута следования. Оказание первой помощи пострадавшему, контроль его состояния (сознание, дыхание, кровообращение), оказание психологической поддержки при занятиях водным туризмом. Транспортировка пострадавшего с помощью подручных средств и средств сплава, в том числе вплавь различными способами, при занятиях водным туризмом. Эвакуация пострадавшего при занятиях водным туризмом. Оценка водной обстановки на маршруте с учетом влияния погодных условий и изменения уровня воды при занятиях водным туризмом.

Контрольные, зачетные работы:

№	Наименование работы	Срок представления	Формы аттестации/ контроля
1	Проект двух-трехдневного тренировочного занятия для туристов-новичков с ночевкой в полевых условиях	до 30.12.2024	Контрольная работа 1-го полугодия
2	Отчет о проведении тренировочного занятия	до 30.12.2024	Контрольная работа 1-го полугодия
3	Проект степенного водного похода	до 30.05.2024	Зачетная работа/ итоговая аттестация
4	Отчет о проведении степенного водного похода	до 30.05.2024	Зачетная работа/ итоговая аттестация

13. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Теоретические и практические занятия проводятся с использованием наглядных материалов, а также с применением комплекса педагогических технологий.

К методическому материалу программы относятся: картографический материал, с проработанными линиями маршрутов походов и нанесенными вариантами прохождения дистанций спортивного ориентирования на соревнованиях различного уровня, схемы этапов и дистанций, условия соревнований.

Методическое обеспечение программы включает в себя перечень нормативных документов по спортивному туризму: положение о Единой всероссийской спортивной классификации; нормы и требования для выполнения спортивных разрядов и спортивных званий; квалификационные требования к спортивным судьям; правила вида спорта "Спортивный туризм"; регламент проведения соревнований по туристскому многоборью.

Занятия проводятся с применением комплекса педагогических технологий:

Название образовательной технологии	Результат использования образовательной технологии
Информационно - коммуникационные технологии	Использование данной технологии расширяет возможности для проведения учащимися проектной и исследовательской деятельности, организации процесса поиска и получения информации о туристских маршрутах, опыте прохождения препятствий.
Технология игровой деятельности	Это вид организации процесса обучения, представленный различными увлекательными играми, в том числе и деловой игрой, которые обеспечивают взаимодействие педагога и учащихся посредством воплощения некоторого сюжета.
Технология групповой деятельности	В организации и проведении практических работ, учащиеся более активны в процессе обучения, общительны, успешно действуют в

	нестандартной ситуации, учитывают мнение каждого учащегося.
Технология дифференцированного обучения	Обеспечивает индивидуальный подход к обучению в рамках групповой работы.
Технология личностно-ориентированного обучения	Развитие индивидуальных способностей на основе полученного опыта. Повышения заинтересованность в обучении.

Методы, применяемые в рамках реализации программы:

- словесные (беседа, рассказ, лекция);
- наглядные (просмотр презентаций, видеофильмов, фотографий, схем);
- практические (тренировки, занятия на местности, соревнования);
- игровые (задачи, игры);
- репродуктивный (закрепление, упрочнение, углубление знаний);
- исследовательский (самостоятельное решение задач);
- методы контроля: тестирование, контрольные работы;

14. СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Константинов Ю.С., Митрохович С.С. Туристско-краеведческая деятельность в школе: учебно-методическое пособие. - М.: РАО, 2011.
2. Методические рекомендации по составлению образовательных программ дополнительного образования детей и внеурочной деятельности, 2012. для педагога:
3. Сборник конспектов к учебной программе дополнительного образования детей «Юный турист»: Учебно-методическое пособие - Брянск, ЦДиЮТиЭ, 2010.
4. Константинов Ю.С., Митрохович С.С. Туристско-краеведческая деятельность в школе: учебно-методическое пособие. - М.: ИСВ РАО, 2011.
5. Авторская образовательная программа «Спортивный туризм» Сафронова М.Ю., Москва, 2015.
6. Программа туристско-краеведческой направленности «Юные организаторы – инструкторы по туризму», авторы Д.В. Левкоева, М.В. Баранов, Москва, 2016.
7. Образовательная программа «Юные инструкторы туризма», Мустафа Н.В., Междуреченск, 2016.
8. Способы автономного выживания человека в природной среде. Маслов А.Г. Константинов Ю.С., Латчук В.Н., Учеб. пособие. – М.: Академия, 2008.
9. Спортивное ориентирование. Рабочая тетрадь юного ориентировщика. Л.В. Колесникова. – Новокузнецк: ИПК, 2001.- 70с.
10. Шведский самоучитель по ориентированию «Ориентируйся правильно!», ООО «Фотон», 2012.
11. Линчевский Э.Э. Психологический климат туристской группы. 2-е изд., перераб. И доп. – СПб.: Речь, 2008 – 160 с.
12. Основы техники спортивного туризма и спортивного ориентирования [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / О.П. Дитятев. – Барнаул: АлтГПУ, 2015.
13. Хекалов Е.М. Неблагоприятные психические состояния спортсменов, их

диагностика и регуляция: Учебное пособие. – Москва: Советский спорт, 2003.

14. <http://www.tmmoscow.ru> - официальный сайт, посвященный спортивному туризму всех видов в Москве и России.
15. <http://turcentrf.ru/> - официальный сайт, Федерального центра детско-юношеского туризма и краеведения.