

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»


Э.Ю. Салтыков

29 августа 2025 г.

(Приказ по МБУ ДО ДЮЦ «Галактика» от 29 августа 2025 г. № 170-О)



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности
стартового уровня**

«Начальные туристские навыки»

Возраст обучающихся: 9 - 12 лет

Срок реализации: 1 год

Объем учебной нагрузки 144 часа в учебном году

(Программа принята к реализации в 2025-2026 учебном году решением Педагогического совета
МБУ ДО ДЮЦ «Галактика» от 29 августа 2025 г. протокол № 1)

Автор:

Дягилева Л.А., педагог-организатор

ОГЛАВЛЕНИЕ

РАЗДЕЛ I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	3-19
1.1. Пояснительная записка	3-10
1.1.1. Направленность программы	3
1.1.2. Авторская основа программы	3
1.1.3. Нормативно-правовая основа программы	3
1.1.4. Актуальность программы	4
1.1.5. Отличительная особенность программы.	4
1.1.6. Педагогическая целесообразность	4
1.1.7. Адресат программы	5
1.1.8. Режим занятий	7
1.1.9. Общий объем программы	7
1.1.10. Срок освоения программы	7
1.1.11. Формы обучения	7
1.1.12. Особенности организации образовательного процесса	7
1.1.13. Виды занятий	7
1.2. Цель, задачи и планируемые результаты освоения программы	7
1.2.1. Цель и задачи программы	7
1.2.2. Планируемые результаты освоения программы	8
1.2.3. Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов	8
1.2.4. Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов	9
1.2.5. Критерии оценки достижения планируемых результатов	9
1.3. Содержание программы	10-18
1.3.1. Учебный план	10-12
1.3.2. Содержание учебного плана	12-18
1.4. Воспитательный потенциал программы	18-20
1.4.1. Пояснительная записка	18
1.4.2. Цель и задачи воспитательной работы	19
1.4.3. Содержание воспитательной работы	19
1.4.4. Планируемые результаты воспитательной работы	19
РАЗДЕЛ II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ПРОГРАММЫ	20-
2.1. Календарный учебный график	20
2.2. Формы контроля, аттестации	21
2.3. Оценочные материалы	21
2.4. Методическое обеспечение программы	21
2.4.1. Методы обучения	21
2.4.2. Педагогические и образовательные технологии	21
2.4.3. Формы организации образовательного процесса	21
2.4.4. Формы учебного занятия	22
2.4.5. Алгоритм учебного занятия	22
2.4.6. Дидактические материалы	22
2.4.7. Информационное обеспечение программы	23
2.5. Кадровое обеспечение программы	23
2.6. Материально-техническое обеспечение программы	23
2.7. Список литературы и интернет-ресурсов	25

2.7.1 Список литературы и интернет-ресурсов для педагогов	25
2.7.2. Список литературы и интернет-ресурсов для учащихся и их родителей	25
ПРИЛОЖЕНИЯ	26
Приложение 1. Календарно – тематическое планирование	27-32
Приложение 2. Вопросы для начальной диагностики стартовых возможностей обучающихся	33
Приложение 3. Оценочные материалы для текущего контроля и промежуточной аттестации	34-45
Приложение 4. Оценочные материалы для итоговой аттестации	45
Приложение 5. Протокол итоговой аттестации	48
Приложение 6. Карта педагогического мониторинга	49

РАЗДЕЛ I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ.

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

1.1.1. Направленность программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа стартового уровня «Начальные туристские навыки» имеет туристско-краеведческую направленность и нацелена на всестороннее развитие личности ребенка, совершенствование его интеллектуального, духовного и физического потенциала; развитие самостоятельности, выносливости, познавательных процессов; получение опыта работы в коллективе и социализации в обществе, безопасное общение с природной средой.

1.1.2. Авторская основа программы.

Программа «Начальные туристские навыки» является модифицированной и разработана на основе программ:

1. М. И. Крайман, Программы для внешкольных учреждений и образовательных школ. Юные туристы / М. И. Крайман- Москва Просвещение,1982- 132 с
2. В. М. Куликов, Л. М. Ротштейн, Программы для внешкольных учреждений и образовательных школ. Пешеходный туризм / В. М. Куликов, Л. М. Ротштейн - Москва Просвещение,1982-132с
3. В. М. Куликов, Л. М. Ротштейн, Программы для внешкольных учреждений и образовательных школ. Туризм и краеведение. / В. М. Куликов, Л. М. Ротштейн - Москва Просвещение,1982- 132 с
4. Д.В. Смирнов, Ю.С. Константинов, А.Г. Маслов, Юные туристы-краеведы/ Д.В. Смирнов, Ю.С. Константинов, А.Г. Маслов-Москва: ЦДЮТК МО РФ, 2004

1.1.3. Нормативно-правовая основа программы.

Нормативно-правовой основой программы является:

1. Закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 года;
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р;
3. Приказ Минпросвещения России от 27 июля 2022 г. N 629 "«Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
4. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций»;
5. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
6. СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
7. Распоряжение Министерства образования Московской области от 31.08.2024 г. № Р-900 «Об организации работы в рамках реализации персонифицированного учета и системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Московской области»;
8. Устав и локальные акты МБУ ДО ДЮЦ «Галактика».

1.1.4. Актуальностью данной программы

Сегодня как никогда актуален вопрос о необходимости изменения своего отношения к жизни, к природе и обеспечения соответствующего воспитания и образования нового поколения. Сочетание краеведения и туризма способствует формированию у ребенка представлений о взаимодействии человека и окружающей среды, навыков здорового образа жизни, любви к родному краю, стремления к показателям туристского мастерства.

1.1.5. Отличительная особенность программы.

Отличительная особенность программы заключается в том, что она является первой, подготовительной образовательной ступенью перед более сложными программами дальнейших лет обучения. Содержание программы дает представление о туристско-краеведческой деятельности в целом, нацелено на подготовку обучающихся к участию в массовых туристско-краеведческих мероприятиях, закладывает основы организации туристского быта и техники передвижения в походе, самостоятельного прохождения дистанций туристских соревнований, организации краеведческих исследований.

1.1.6. Педагогическая целесообразность.

Педагогическая значимость данной программы заключается также в том, что в ней большое внимание уделяется командной деятельности, так как многие практические задачи, встающие перед обучающимися, требуют грамотного и эффективного разделения сфер ответственности и согласования совместной работы. Программа составлена с учетом возрастных особенностей, уровня подготовленности обучающихся, отражает основные дидактические принципы:

- наглядность – объяснение материала сопровождается демонстрацией наглядных пособий, схем, плакатов, проводится работа на местности.
- системность – проведение занятий в определённой последовательности и системе.
- доступность -соответствие учебного материала психолого-возрастным особенностями обучающихся, их возможностям.
- научность- соблюдение логики изложения материала в соответствии развития современных научных знаний;
- проблемность- использование проблемного материала, постановка проблемы, поиск решения проблемы с педагогом и самостоятельно;
- завершенность обучения- завершение каждого раздела итоговыми мероприятиями, призванными закрепить полученные знания и навыки.

Формы, методы и приемы, используемые в ходе реализации данной программы, подобраны в соответствии с её целью, задачами и способствуют эффективной организации образовательного процесса.

Формы проведения занятий.

Теоретические занятия проводятся в форме лекций, бесед с привлечением наглядных материалов, использованием новейших методик и технологий.

Практические занятия могут проводиться в форме практических самостоятельных работ и практическая групповых работ:

- тренировок и выполнения практических заданий на местности по топографии, спортивному ориентированию и пешеходному туризму;
- соревнований, слётов, походов выходного дня, экспедиций, конкурсов и других массовых мероприятий.

Методы.

- словесно-иллюстративный,
- наглядный,
- практический,
- репродуктивный,
- частично поисковый;
- исследовательский.

1.1.7. Адресат программы.

Объединения формируются из детей 9-12 лет. Особенности физиологических различий подростков мальчиков и девочек, возрастные особенности развития обучающихся, учитываются при дозировании физических нагрузок во время занятий, соревнований и походов.

9-12 лет – это младший школьный возраст. В младшем школьном возрасте дети располагают значительными резервами развития. В этот период происходит интенсивное физическое развитие ребенка, а также происходят существенные изменения и в психическом развитии ребенка: качественно преобразуется познавательная сфера, формируется личность, складывается сложная система отношений со сверстниками и взрослыми.

Физиологические особенности младших школьников охватывают различные аспекты их физического состояния и функционирования организма. В этот период дети продолжают активно расти, что сопровождается значительным увеличением роста и массы тела. Рост происходит неравномерно, возможны периоды ускоренного роста (скачки роста).

Продолжается окостенение скелета, кости становятся более плотными и прочными.

Формирование осанки требует особого внимания, так как неправильное положение тела при сидении за партой может привести к искривлению позвоночника.

Идет активное развитие головного мозга, улучшение координации между различными его отделами. Происходит увеличение скорости передачи нервных импульсов, что способствует улучшению когнитивных способностей и рефлексов.

Отмечается повышенная возбудимость нервной системы, дети могут быть более эмоциональными и подверженными стрессу. Сердце растет медленнее, чем увеличивается объем тела, поэтому оно работает с большей нагрузкой. Частота сердечных сокращений у младших школьников выше, чем у взрослых, но постепенно снижается по мере взросления. Высокий уровень метаболизма, необходимый для обеспечения энергией растущего организма. Вот почему имеется потребность в полноценном и сбалансированном питании для поддержания активного роста и развития. Происходит значительное улучшение координации мелких движений рук. Идет увеличение силы и выносливости мышц, улучшение общей координации движений. Возрастает важность физической активности для развития двигательных навыков и укрепления здоровья. Иммуитет находится в стадии формирования, дети подвержены частым простудным заболеваниям. Необходимы закаливания и профилактические меры для укрепления иммунной системы.

К концу младшего школьного возраста (11-12 лет) начинаются гормональные изменения, связанные с периодом полового созревания, что влияет на эмоциональное состояние и поведение ребенка.

Психологические особенности младших школьников охватывают разнообразные аспекты и характеристики их психического развития, которые важны для понимания и организации обучения и воспитания. Начиная с первого класса идет быстрое волевое развитие. У детей 7–11 лет восприятие перестраивается с эгоистического на самокритичное. Ребенок учится постепенно делать волевые усилия над собой. В 9-12 лет у детей начинает развиваться способность к логическому мышлению и абстрактным операциям. Дети учатся делать простые выводы и решать логические задачи. Внимание и концентрация: происходит улучшение способности к сосредоточенному вниманию. Память и восприятие: продолжается развитие памяти, особенно оперативной, что позволяет лучше удерживать информацию и применять ее в учебной деятельности. В младшем школьном возрасте дети часто испытывают бурные эмоции, связанные с успехами и неудачами в учебе, социальными взаимодействиями и семейными отношениями. В этот возрастной период происходит развитие самосознания и самооценки. Дети начинают формировать представление о себе, своих способностях и недостатках, что влияет на их учебные и повседневные решения. У детей появляется возможность прочувствовать все эмоциональные состояния. Ребенок точно знает, как это — расстраиваться из-за проигрыша, радоваться победе, сопереживать. У большинства детей это период обостренной эмпатии. Они учатся распознавать собственные переживания и делают попытки понять своих родителей, друзей, учителей с этой новой стороны. Занятия туризмом дают возможность для отдыха, снятия стресса и большей физической активности. Пребывание в естественной среде оказывает положительное влияние на психическое здоровье, улучшает общее самочувствие. В образовании и воспитании школьников туризм также играет важную роль, предоставляя возможности для практического обучения на основе опыта. Путешествия в естественной среде и знакомство с окружающей средой могут расширить кругозор учащихся, развить умственные и физические способности, способствовать здоровому образу жизни и личностному росту

1.1.8. Режим занятий.

Периодичность и продолжительность занятий устанавливается в зависимости от возрастных и психофизиологических особенностей, допустимой нагрузки учащихся.

Учебные занятия проводятся три раза в неделю по два академических часа – 45 минут, с перерывом 15 минут.

В соответствии с п. 2.10.2. СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" при использовании ЭСО во время занятий и перемен проводится гимнастика для глаз. Для профилактики нарушений осанки во время занятий проводится физкультминутка. Общая продолжительность использования компьютера на занятии для: 5-9 классов (12-15 лет) - 30 минут, 10-11 классов (16-17 лет) - 35 минут.

1.1.9. Общий объём программы: 144 ч.

1.1.10. Срок освоения программы: один год.

1.1.11. Форма обучения: очная.

1.1.12. Особенности организации образовательного процесса:

Образовательный процесс осуществляется в соответствии с календарно-тематическим планом-графиком в группе обучающихся разных возрастных категорий, являющиеся основным составом объединения.

Образовательный процесс имеет развивающий характер и направлен на развитие таких познавательных процессов, как память, логическое мышление, внимание, пространственное восприятие, глазомер, чувство направления и расстояния, интуиция.

Также занятия ориентированием способствуют воспитанию личностных качеств, таких как терпение, сила воли, находчивость, психологическая устойчивость, самостоятельность, целеустремлённость, ответственность. детей природных задатков и интересов.

1.1.13. Виды занятия: теоретическое, практическое.

1.2. ЦЕЛЬ, ЗАДАЧИ И ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ.

1.2.1. Цель и задачи программы.

Цель программы: расширение кругозора, формирование ознакомительных знаний и практических навыков по основам туризма и краеведения.

Задачи:

Обучающие:

- обучение основным умениям и навыкам пешеходного туризма, организации туристского быта;
- ознакомление с видами краеведческой деятельности и формирование начальных навыков исследовательской краеведческой работы;

- обучение основам безопасного нахождения в природной среде во время походов, соревнований.

Развивающие:

- развитие образного и пространственного мышления, памяти, воображения, наблюдательности;
- развитие эмоционально-волевой сферы обучающихся, в том числе умения принимать решения;
- развитие коммуникативных умений, навыков работы в команде, умения слушать и слышать других.

Воспитательные:

- воспитание трудолюбия, аккуратности, усидчивости, терпения, умения довести начатое дело до конца;
- формирование важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей, а также гражданской активности и социально значимых качеств.
- формирование мотивации к самореализации средствами общефизической и спортивной подготовки, участия в спортивных походах и соревнованиях различной сложности.

1.2.2. Планируемые результаты освоения программы.

Личностные:

- будет сформирована мотивация к самореализации средствами общефизической и спортивной подготовки, участия в спортивных походах и соревнованиях различной сложности.
- будет сформировано сознательное отношение к собственной безопасности, трудолюбие, аккуратность, терпение, умение довести начатое дело до конца;
- будут сформированы важнейшие духовно-нравственные и социальные ценности, а также гражданская активность и социально значимые качества.

Метапредметные:

- будет развито образное и пространственное мышление, память, воображение, наблюдательность;
- будет развита эмоционально-волевой сфера обучающихся;
- будут развиты коммуникативные умения и навыки работы в команде

Предметные:

- будут сформированы основные умения и навыки пешеходного туризма, организации туристского быта;
- будут получены основные знания о краеведческой деятельности и сформированы начальные навыки исследовательской краеведческой работы;
- будут усвоены основы безопасного нахождения в природной среде во время походов, соревнований.

1.2.3. Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

Формы отслеживания: опрос (устный и письменный), тестирование, анкетирование, викторина, конкурс, соревнование, выполнение самостоятельных практических работ (контрольные работы и задания).

Формы фиксации результатов: бланк опроса, материалы анкетирования и тестирования, протокол (конкурса, викторины, соревнований), диагностическая карта, зачётная книжка,

портфолио.

1.2.4. Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

Грамота, диплом, сдача контрольных нормативов, портфолио.

1.2.5. Критерии оценки достижения планируемых результатов.

Оценка достижения планируемых результатов освоения программы осуществляется по трем уровням:

высокий (от 80 до 100% освоения программного материала),

средний (от 51 до 79% освоения программного материала),

низкий (менее 50% освоения программного материала).

Уровни освоения	Результат
Высокий уровень освоения программы	Обучающихся демонстрируют <i>высокую заинтересованность</i> в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание программы. На итоговой аттестации показывают отличное знание теоретического материала, практическое применение знаний воплощается в качественный продукт
Средний уровень освоения программы	Обучающихся демонстрируют <i>достаточную заинтересованность</i> в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание Программы. На итоговой аттестации показывают хорошее знание теоретического материала, практическое применение знаний воплощается в продукт, требующий незначительной доработки
Низкий уровень освоения программы	Обучающихся демонстрируют <i>низкий уровень заинтересованности</i> в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание программы. На итоговом тестировании показывают недостаточное знание теоретического материала, практическая работа не соответствует требованиям

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

1.3.1. Учебный план

МОДУЛЬ 1					
Правила дорожного движения и обеспечение безопасности.					
№ п/п	Название разделов, тем.	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
I	Вводный инструктаж по ТБ. Введение в программу. Начальная диагностика стартовых возможностей учащихся	1	0,5	0,5	устный опрос, анкетирование
II	Основы безопасности дорожного движения (ОБДД)	9	3.5	5.5	
2.1	Дорога - зона повышенной опасности.	1	0,5	0,5	устный опрос, решение ситуационных задач, тестирование
2.2	Улицы и дороги. Регулирование дорожного движения.	1	0,5	0,5	устный опрос, решение ситуационных задач, тестирование
2.3	Дорожные знаки и разметка.	1	0,5	0,5	устный опрос, решение ситуационных задач, тестирование викторина
2.4	Общественный транспорт. Перевозка пассажиров.	1	0,5	0,5	устный опрос, решение ситуационных задач, тестирование
2.5	Велосипед на дороге.	1	0,5	0,5	устный опрос, решение ситуационных задач, тестирование
2.6	Средства индивидуальной мобильности.	1	0,5	0,5	устный опрос, решение ситуационных задач, тестирование
2.7	Ответственность за нарушение ПДД	1	0,5	0,5	устный опрос, решение ситуационных задач, тестирование
2.8	Текущий контроль по темам	2	0	2	письменный опрос, тестирование

МОДУЛЬ 2					
Туризм и краеведение					
№ п/п	Название разделов, тем.	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
III	Начальные туристско-краеведческие навыки	106	34	72	
3.1	Общие сведения о туризме и краеведении	8	4	4	устный опрос, письменный опрос, практическое задание
3.2	Основы пешеходного туризма	32	12	20	устный опрос, письменный опрос, практическое задание, сдача контрольных нормативов, контрольное задание
3.3	Туристские мероприятия	16	4	12	устный опрос, письменный опрос, практическое задание,
3.4	Личная гигиена и здоровье туриста	16	6	10	устный опрос, письменный опрос, практическое задание, сдача контрольных нормативов, контрольное задание
3.5	Основы краеведения	26	8	16	устный опрос, письменный опрос, практическое задание
3.6	Текущий контроль по темам	10	0	10	контрольная работа, письменный опрос, участие в соревнованиях, конкурсах, тестирование

МОДУЛЬ 3	
Туристские слёты, конкурсы, соревнования	

№ п/п	Название разделов, тем.	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
IV	Участие в туристских мероприятиях	24	12	12	
4.1	Туристские слёты	8	4	4	участие в мероприятии
4.2	Соревнования по ориентированию	4	2	2	участие в мероприятии
4.3	Конкурс зимних биваков	4	2	2	участие в мероприятии
4.4	Конкурс узлов	4	2	2	участие в мероприятии
4.5	Соревнования по технике пешеходного туризма	4	2	2	участие в мероприятии

МОДУЛЬ 4					
Итоговая аттестация					
№ п/п	Название разделов, тем.	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
V	Итоговая аттестация	4	2	2	
5.1	Итоговая аттестация	4	2	2	письменный опрос, контрольное практическое задание на учебной трассе

1.3.2. Содержание тем учебного плана.

РАЗДЕЛ I. ВВОДНЫЙ ИНСТРУКТАЖ ПО ТБ. ВВЕДЕНИЕ В ПРОГРАММУ.

Теоретические занятия

Начальная диагностика стартовых возможностей.

Техника безопасности на занятиях в объединении. Правила противопожарной безопасности. Действия при ЧС. Введение в программу.

Практические занятия

Начальная диагностика стартовых возможностей учащихся: анкетирование.

РАЗДЕЛ II. ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ (ОБДД)

Тема 1. Дорога - зона повышенной опасности.

Теоретические занятия

Культура поведения пешехода. Взаимоуважение участников движения - основа безопасности на дороге. Понятие чрезвычайной ситуации (ЧС). Отличие ЧС от аварии, дорожно-транспортного происшествия (ДТП). Виды ДТП. Факторы, влияющие на численность ДТП. Средства пожаротушения в автомобиле и правила применения. Государственные службы безопасности и спасения. Государственная противопожарная служба Министерства по делам гражданской обороны и чрезвычайным ситуациям (МЧС). ГИБДД. Скорая медицинская помощь. Управления по делам гражданской обороны и чрезвычайным ситуациям.

Практические занятия

Участие в акции «Засветись!». Экскурсии в ГИБДД, в Автошколу ДОСААФ Мытищи.

Тема 2. Улицы и дороги. Регулирование дорожного движения.

Теоретические занятия

Что такое дорога. Элементы дороги. Дорожная разметка. Наиболее опасные места на дороге. Пешеходные переходы. Перекрестки. Виды перекрестков. Что такое перекресток. Движение транспортных средств на перекрестке. Поворот транспортных средств. Предупредительные сигналы, подаваемые водителями. Обозначение нерегулируемого перекрестка. Правила перехода дороги на нерегулируемом перекрестке. Средства регулирования. Светофорное регулирование. Виды транспортных светофоров. Пешеходные светофоры. Светофоры для велосипедистов. Сигналы регулировщика.

Практические занятия

Решение дорожных ситуаций на макете. Практическая отработка навыка перехода дороги по регулируемому и не регулируемому пешеходному переходу. Решение ситуационных задач, контрольные задания.

Тема 3. Дорожные знаки и разметка.

Теоретические занятия

Назначение дорожных знаков. Для чего нужны дорожные знаки, о чём они говорят, места их установки. Группы дорожных знаков. Предупредительные. Знаки приоритета. Предписывающие знаки. Знаки особых предписаний. Информационные знаки. Знаки сервиса. Знаки дополнительной информации. Расположение дорожных знаков и средств регулирования в населённом пункте. Оознавательные знаки.

Практические занятия

Дидактические игры. Моделирование дорожных ситуаций. Проведение конкурсов, тестирование, контрольные задания.

Тема 4. Общественный транспорт. Перевозка пассажиров.

Теоретические занятия

Виды общественного транспорта. Знак остановка общественного транспорта. Полоса для движения общественного транспорта. Правила посадки пассажиров в общественный и личный автотранспорт. Правила поведения пассажиров в общественном транспорте. Взаимо-вежливые отношения пассажиров и водителя. перевоз багажа в общественном транспорте. Опасные ситуации, связанные с посадкой и высадкой из общественного транспорта (переход дороги при движении на остановку, ожидание транспортного средства на остановке, выход из

автобуса, троллейбуса, трамвая (для двух типов трамвайных остановок), переход проезжей части после выхода из транспортного средства). Правила безопасного поведения детей при перевозках их на грузовых и легковых автомобилях. Опасные ситуации при перевозке пассажиров. Ремни безопасности. Понятие о подушках безопасности. Использование детских удерживающих устройств в салоне автомобиля. Перевозка детей на переднем сиденье автомобиля. Правила перевозки на мотоцикле, мотороллере, скутере, велосипеде.

Практические занятия

Решение ситуационных задач, поездка на общественном транспорте с целью закрепления полученных знаний. Выполнение контрольных заданий, тестирование. Участие в акции «Пристегнись».

Тема 5. Велосипед на дороге.

Теоретические занятия

История создания велосипеда. Устройство и конструкции современных велосипедов. Требования к оборудованию велосипеда. Световозвращательные элементы. Обеспечение видимости велосипедиста водителями других транспортных средств. Требования к движению велосипедистов. Возрастные ограничения по управлению велосипедом. Правила движения велосипедистов по проезжей части. Действия, запрещенные велосипедистам ПДД. Правила маневрирования на велосипеде. Сигналы, подаваемые во время движения. Движение группы велосипедистов. Велосипедная дорожка, особенности движения на ней. Перевозка грузов и пассажиров на велосипеде.

Практические занятия

Выполнение контрольных заданий, решение ситуационных задач, тестирование.

Тема 6. Средства индивидуальной мобильности.

Теоретические занятия

Средства индивидуальной мобильности (СИМ). Что считается средствами СИМ: роликовые коньки; самокаты; скейтборды; электросамокаты; электроскейтборды; гироскутеры; сигвеи; моноколеса. Какие пункты ПДД регулируют движение на СИМ. Что запрещено водителям средств индивидуальной мобильности. Где может ездить на СИМ ребенок от 7 до 14 лет? Где может ездить на СИМ взрослый (старше 14 лет)? Сигналы светофоров для СИМ. Скорость движения СИМ. Движение СИМ по проезжей части. Движение пешехода с СИМ по проезжей части. Приоритет СИМ при выезде из жилой зоны. Приоритет пешеходов перед СИМ.

Практические занятия

Выполнение контрольных заданий, решение ситуационных задач, тестирование.

Тема 7. Ответственность за нарушение ПДД.

Теоретические занятия

Права, обязанности и ответственность пешеходов по соблюдению ПДД. Функциональные обязанности сотрудников ГИБДД и их взаимоотношения с участниками дорожного движения. Административная и уголовная ответственность за нарушение Правил дорожного движения. Виды административных взысканий: штраф, лишение прав управлением транспортным средством. Административный арест. Дорожный этикет.

Практические занятия

Разбор статей в средствах массовой информации о ДТП и их анализ. Выполнение контрольных заданий, решение ситуационных задач, тестирование.

РАЗДЕЛ III. НАЧАЛЬНЫЕ ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКИЕ НАВЫКИ.

Тема 1. Общие сведения о туризме и краеведении.

Теоретические занятия

Виды туристской деятельности. Краеведение. Что такое краеведение? Виды (разделы) краеведения. Задачи и принципы краеведения. Объект исследования в краеведении. Источники краеведческих знаний. Экскурсия. Виды экскурсий. Правила поведения и техника безопасности во время следования к месту проведения экскурсии и во время проведения. Туризм. Виды туризма. Туристские походы. Виды туристских походов, в зависимости от цели и способа передвижения. Правила поведения и техника безопасности во время следования к месту проведения похода и во время проведения. Массовые туристские мероприятия. Виды туристских мероприятий: слёты, конкурсы, соревнования. Правила поведения и техника безопасности во время следования к месту проведения мероприятий и во время проведения.

Практические занятия

Экскурсия или поход выходного дня по Подмоскovie.

Тема 2. Основы пешеходного туризма.

Теоретические занятия

Виды туристских пеших походов, в зависимости от цели и продолжительности. Подготовка к походу (поход выходного дня): планирование, комплектование группы, распределение обязанностей. Походные должности. Личное и групповое снаряжение для пешего похода. Требования к снаряжению. Правила сборки рюкзака. Питание в походе. Меню и составление раскладки питания по дням. Требования к упаковке продуктов. Движение группы на маршруте. Питьевой режим. Что делать, если участник похода отстал от группы. Правила общения с местным населением. Бивак. Виды биваков и выбор места бивака, в зависимости от продолжительности стоянки. Бивачные работы: заготовка дров, разведение костра, установка палаток, приготовление пищи на костре, мытье посуды, утилизация мусора, снятие и уборка места бивака. Порядок на биваке: место хранения вещей и снаряжения. Соблюдение природоохранных правил. Костры. Виды костров. Техника безопасности при заготовке дров, разведении костра и приготовлении пищи. Основы ориентирования и топографии. Работа с компасом. Топографическая и спортивная карта: условные знаки. Способы ориентирования. Движение по азимуту. Препятствия на маршруте. Способы преодоления различных препятствий. Виды узлов. Страховочное снаряжение, работа с ним.

Практические занятия

Составление плана похода выходного дня (однодневного, двухдневного). Распределение обязанностей. Подбор и распределение снаряжения. Составление раскладки. Проведение похода выходного дня. Отработка навыков установки бивака и выполнения бивачных работ. Отработка навыков ориентирования на местности. Отработка навыков вязания узлов и работы со страховочным снаряжением. Практическая отработка навыков преодоления различных препятствий.

Тема 3. Туристские мероприятия.

Теоретические занятия

Виды туристских мероприятий, в зависимости от формы деятельности: соревнования по туристским навыкам, технике туризма, ориентированию, краеведению. Формы проведения: конкурсы, слёты, соревнования.

Туристские слёты. Формы проведения: контрольный туристский маршрут, туристская полоса препятствий, конкурсная программа. Особенности прохождения различных дистанций.

Соревнования по ориентированию. Виды соревнований по спортивному ориентированию. Оборудование дистанций. Особенности прохождения различных дистанций.

Соревнования по туристским навыкам. Виды соревнований. Отдельные этапы соревнований. Особенности прохождения различных этапов.

Соревнования по технике пешеходного туризма. Виды дистанций. Отдельные этапы соревнований. Особенности прохождения различных этапов.

Практические занятия

Подготовка к различным соревнованиям. Практическая отработка навыков прохождения различных дистанций и отдельных этапов туристских соревнований.

Тема 4. Личная гигиена и здоровье туриста.

Теоретические занятия

Общие гигиенические требования в походе. Питьевой режим. Обеззараживание воды. Поддержание чистоты тела, ног. Санитарные требования к одежде, обуви, снаряжению, посуде, приготовлению пищи. Гигиенические основы закаливания.

Походный травматизм. Заболевания в походе. Первое правило участника похода: «О любом ухудшении здоровья немедленно сообщи руководителю!». Профилактика заболеваний и травматизма. Различные виды травм причины, симптомы и оказание первой помощи:

Правила снятия одежды с пострадавшего.

Потертости, мозоли, ушибы, ссадины. Колото-резанные раны. Виды кровотечений. Обработка ран. Правила наложения повязок и жгута.

Тепловой и солнечный удар, переохлаждение и обморожение, кровотечение из носа.

Профилактика укуса клещей. Укусы насекомых, змей, животных.

Ожоги термические и химические. Определение степени ожога.

Растяжение и разрывы связок. Переломы. Виды переломов. Правила наложения шин.

Отравление, попадание инородных тел в глаз, в ухо.

Способы транспортировки пострадавшего. Виды носилок.

Практические занятия

Работа по развитию самоконтроля и усвоению гигиенических навыков. Соблюдение гигиенических требований в походе. Выполнение правил личной гигиены.

Наложение различных видов повязок, наложение жгута, шин. Изготовление носилок из подручных средств, транспортировка «пострадавшего».

Тема 5. Основы краеведения.

Теоретические занятия

Географическое положение и природные особенности Московской области. Природа родного края: рельеф, почва, растительный и животный мир, реки и озёра, памятники природы. Культура родного края: литературное, художественное и музыкальное творчество, фольклор, традиции, игры, театр. Культурные и памятные места в нашем городе и районе. Культурные и памятные места Подмосковья. Народные промыслы Подмосковья.

Практические занятия

Проведение экскурсий в музеи, на выставки, к памятникам и в памятные места. Работа со справочной литературой и картографическим материалом по родному краю. Обработка краеведческого материала. Работа с информационными источниками. Участие в краеведческих конкурсах.

РАЗДЕЛ IV. УЧАСТИЕ В ТУРИСТСКИХ МЕРОПРИЯТИЯХ.

Тема 1. Туристские слёты.

Теоретические занятия

Традиционные ежегодные туристские слёты МБУ ДО ДЮОЦ «Галактика». Форма проведения слёта. Положение и условия слёта. Требования к участникам. Вид дистанции слёта. Набор этапов. Особенности прохождения отдельных этапов.

Практические занятия

Подготовка к участию в слёте. Изучение Положения и условий, комплектование команды, подбор снаряжения. Изучение особенностей прохождения отдельных этапов и практическая отработка навыков действий участников команды на этапах. Участие в слёте.

Тема 2. Соревнования по ориентированию.

Соревнования по спортивному и туристскому ориентированию МБУ ДО ДЮОЦ «Галактика». Форма проведения соревнований. Положение и условия соревнований. Требования к участникам. Вид дистанции соревнований. Особенности прохождения дистанции соревнований.

Практические занятия

Подготовка к участию в соревнованиях. Изучение Положения и условий, комплектование команды, подбор снаряжения. Изучение особенностей прохождения дистанции соревнований. Участие в соревнованиях.

Тема 3. Конкурс зимних биваков.

Традиционный ежегодный туристский конкурс биваков МБУ ДО ДЮОЦ «Галактика» «Зимний бивак». Форма проведения. Положение и условия конкурса. Требования к участникам. Виды дистанций конкурса. Набор этапов. Особенности прохождения отдельных этапов.

Практические занятия

Подготовка к участию в конкурсе. Изучение Положения и условий, комплектование команды, подбор снаряжения. Изучение особенностей прохождения отдельных этапов и практическая отработка навыков действий участников команды на этапах. Участие в конкурсе.

Тема 4. Конкурс узлов.

Традиционный ежегодный туристский конкурс узлов МБУ ДО ДЮОЦ «Галактика» «Три восьмерки». Форма проведения. Положение и условия конкурса. Требования к участникам. Набор этапов. Особенности прохождения отдельных этапов.

Практические занятия

Подготовка к участию в конкурсе. Изучение Положения и условий, комплектование команды. Изучение особенностей прохождения отдельных этапов и практическая отработка навыков действий участников команды на этапах. Участие в конкурсе.

Тема 5. Соревнования по технике пешеходного туризма

Соревнования по технике пешеходного туризма МБУ ДО ДЮОЦ «Галактика» «Весенний кубок». Форма проведения соревнований. Положение и условия соревнований. Требования к участникам. Вид дистанции соревнований. Набор этапов. Особенности прохождения отдельных этапов и дистанции соревнований.

Практические занятия

Подготовка к участию в соревнованиях. Изучение Положения и условий, комплектование команды, подбор снаряжения. Изучение особенностей прохождения дистанции соревнований и отдельных этапов. Практическая отработка навыков действий участников команды на этапах. Участие в соревнованиях.

РАЗДЕЛ V. ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ.

Оценка собственных достижений, выводы, впечатления, определение проблем в туристско-краеведческой деятельности и пути их преодоления. Выполнение контрольного задания по теоретической подготовке и практического задания на учебной трассе.

1.4. ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ПРОГРАММЫ.

1.4.1. Пояснительная записка.

Изменение социокультурных условий жизни, связанное с всесторонним реформированием общественных устоев, неблагоприятно сказывается на состоянии обучения и воспитания подрастающего поколения. Разрешение назревших противоречий сопровождается отчуждением детей и подростков от заботы взрослых, социальной незащищенностью, снижением уровня здоровья и нравственного состояния.

Дезорганизация жизни семей, не сумевших адаптироваться к новым условиям в связи с резкой дифференциацией доходов, разрушением сложившихся нравственных норм и традиций семейного уклада, приводит к резкому спаду воспитательного воздействия семьи, ее несостоятельности в вопросах социализации детей. Ослабляется связь семьи и школы. Модернизация сферы образования связана с поиском новых методик, технологий, с ценностной переориентацией, вместе с тем ее кризисное, противоречивое состояние приводит к суждению воспитательного пространства.

Традиционные формы обучения и воспитания не соотносятся с характером нынешнего времени, с потребностями и интересами детей и подростков. В связи с этим усиливается роль системы дополнительного образования в моделировании и реализации различных

воспитательных программ.

Преимущество этой системы состоит в том, что она свободна от жестких регламентаций и предполагает, прежде всего увлеченность и заинтересованность, удовлетворение насущных потребностей детей и подростков в организации свободного времени и развитии индивидуальных способностей.

В настоящее время остро ощущается потребность детей в хороших педагогах-организаторах, проявляющих подлинное внимание к своим воспитанникам и помогающих им утвердить себя в общественной жизни, в кругу сверстников, усвоить необходимые навыки в работе над собой.

1.4.2. Цель и задачи воспитательной работы.

Цель: развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Задачи:

- усвоение обучающимися знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций, которые выработало российское общество (социально значимых знаний);
- формирование и развитие личностных отношений к этим нормам, ценностям, традициям (их освоение, принятие);
- приобретение соответствующего этим нормам, ценностям, традициям социокультурного опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений, применения полученных знаний;
- достижение личностных результатов освоения образовательных программ: осознание российской гражданской идентичности, сформированность ценностей самостоятельности и инициативы, готовность обучающихся к саморазвитию, самостоятельности и личностному самоопределению, наличие мотивации к целенаправленной социально значимой деятельности, сформированность внутренней позиции личности как особого ценностного отношения к себе, окружающим людям и жизни в целом.

1.4.3. Содержание воспитательной работы.

[Календарный-план-воспитат.pdf](#)

1.4.4. Планируемые результаты воспитательной работы.

У обучающихся сформируются и будут развиты:

- уверенность в своих силах;
- коммуникативные навыки;
- организационная деятельность, самоорганизация;
- активная гражданская позиция;

- представления о базовых ценностях российского общества;
- ответственность за себя и других;
- общая культура;
- умение объективно оценивать себя и окружающих;
- мотивация к саморазвитию, познанию и творчеству;
- навыки трудолюбия и коллективизма.

РАЗДЕЛ II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ.

2.1. Календарный учебный график. (Приложение 1)

[Галактика-КАЛЕНДАРНЫЙ-УЧЕБНЫЙ-ГРАФИК-24-25.pdf](#)

Начальная диагностика стартовых возможностей обучающихся проводится на первом занятии с целью определения уровня подготовленности обучающихся. Форма проведения определяет педагог, результаты фиксируются в диагностическую карту.

Содержание теоретической части начальной диагностики (Приложение 2)

Текущий контроль проводится в течение всего учебного периода с целью систематического контроля уровня освоения обучающимися тем, разделов, глав дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы за оцениваемый период, динамики достижения предметных и метапредметных результатов. Контрольно-измерительные материалы по темам (Приложение 3)

Итоговая аттестация учащихся проводится по окончании реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Цель итоговой аттестации – выявление уровня развития способностей и личностных качеств учащегося и их соответствия прогнозируемым результатам программы на заключительном этапе её реализации.

При проведении итоговой аттестации используется система оценивания теоретической и практической подготовки учащихся.

Предполагаемые формы проведения итоговой аттестации

Итоговая аттестация практической подготовки учащихся проводится в форме выполнения контрольного практического задания на учебной трассе.

Итоговая аттестация теоретической подготовки учащихся проводится в форме выполнения письменного опроса по основным темам дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Содержание теоретической части итоговой аттестации (Приложение 4)

Результаты участия учащихся в мероприятиях районного, областного и других уровней могут быть засчитаны как итоговая аттестация.

2.3. Оценочные материалы.

Оценочные материалы включают в себя контрольно- измерительные материалы (контрольные задания, тесты, анкеты, нормативы), позволяющие оценить знания, умения и уровень приобретенных компетенций (Приложение 3)

2.4. Методическое обеспечение программы.

2.4.1. Методы обучения.

Методы обучения по источнику получения знаний:

- словесный (источник получения-слово)
- наглядный (источник получения-наглядный объект)
- практический (источник получения-практическая работа)

Методы обучения по характеру познавательной деятельности обучающихся:

- объяснительно-иллюстративный (организация усвоения знаний)
- репродуктивный (обучение применять знания и умения в знакомой ситуации по образцу)
- проблемного изложения (демонстрация обучающимся образца доказательного решения проблемы)
- частично- поисковый (приобщение обучающихся к творческой деятельности-частичное выполнение обучающимися творческого задания)
- исследовательский (приобщение обучающихся к творческой деятельности-самостоятельное решение обучающимися проблемы в целом)

2.4.2. Педагогические и образовательные технологии.

1. Гуманно-личностная технология (Ш.А. Амонашвили.) Способствует становлению, развитию и воспитанию в ребенке благородного человека путем раскрытия его личностных качеств.
2. Технология развивающего обучения (Д.Б. Эльконин, В.В. Давыдов.) Формирует у детей теоретическое сознание и мышление. Даёт возможность воспроизвести в учебной деятельности детей логику научного познания.
3. Система развивающего обучения с направленностью на развитие творческих качеств личности (И.П. Волков, ГС. Альтшуллер, И.П. Иванов). Направлена на последовательное формирование творческих способностей личности на основе свободного выбора ребенком внеурочной деятельности.
4. Личностно ориентированное развивающее обучение (И. С. Якиманская). Развивает индивидуальные познавательные способности каждого ребенка.
5. Игровые технологии. (Д.Б. Эльконин, А.М. Леонтьев). В процессе игры дети учатся решать проблемы, развивать стратегическое мышление, улучшать коммуникативные и коллективные навыки, а также осваивать новые концепции через практическое применение знаний.
6. Здоровьесберегающие технологии (Н.К. Смирнов). Направлены на обеспечение сохранности здоровья обучающихся при проведении учебно-тренировочных занятий и в соревновательной деятельности.

2.4.3. Формы организации образовательного процесса:

- индивидуальная
- парная
- групповая
- коллективная

Формы организации учебного процесса педагог выбирает с учетом дидактической целесообразности привлечения обучающихся к определенному типу занятий.

2.4.4. Формы учебного занятия:

- беседа
- лекция
- практическая работа
- учебно-тренировочное занятие
- поход
- соревнование
- игра
- слёт

Формы проведения занятий педагог выбирает с учётом особенностей темы и доступных ресурсов. Оптимальный выбор — тот, который согласуется с целями обучения и учитывает особенности обучающихся.

2.4.5. Алгоритм учебного занятия.

Основные этапы занятия:

1. Вводная часть (организационная часть: приветствие; проверка присутствия обучающихся; инструктаж по ТБ; объявление темы, задач и плана занятия).
2. Основная часть (основное содержание занятия зависит от типа занятия (комбинированное, усвоение новых знаний, закрепление изучаемого материала, повторение, систематизация и обобщение нового материала, проверка и оценка знаний и т.д.) и от вида занятий (теоретическое, практическое, комбинированное)
3. Заключительная часть (подведение итогов учебного занятия, позитивная оценка деятельности обучающихся; рекомендации для самостоятельной подготовки дома).

2.4.6. Дидактические материалы.

Дидактические материалы по разделу «Вводный инструктаж по ТБ. Введение в программу. Начальная диагностика стартовых возможностей учащихся»

1. Вопросы для стартового контроля обучающихся по программе «Начальные туристские навыки»

Дидактические материалы по разделу «Основы безопасности дорожного движения (ОБДД)»

1. Тестовые задания по вопросам ПДД ОБДД
2. Викторина для старшеклассников по ПДД
3. Практические задачи по безопасности дорожного движения.

Дидактические материалы по разделу «Туризм и краеведение»

1. Вопросы для контрольного задания по основам пешеходного туризма и краеведению.
2. Методическая разработка МБУ ДО ДЮОЦ «Галактика» с презентацией, автор: педагог-организатор Дягилева Л.А.: «Походные должности»;
3. Методическая разработка МБУ ДО ДЮОЦ «Галактика» с презентациями, автор: педагог-организатор Дягилева Л.А.: «Биваки. Костры.»
4. Практические задания (контрольные нормативы) по темам: «Бивак», «Питание в туристском походе», «Топография и ориентирование».
5. Вопросы для контрольных заданий по теме «Топография».
6. Вопросы для контрольного задания по теме «Туристское снаряжение».

7. Методическая разработка МБУ ДО ДЮОЦ «Галактика» с презентациями, автор: педагог-организатор Дягилева Л.А.: «Снаряжение».
8. Методическая разработка МБУ ДО ДЮОЦ «Галактика» с презентациями, автор: педагог-организатор Дягилева Л.А.: «Компас».
9. Методическая разработка МБУ ДО ДЮОЦ «Галактика» с презентациями, автор: педагог-организатор Дягилева Л.А.: «Топография».
10. Практические задания (контрольные нормативы) по теме: «Снаряжение».
11. Методическая разработка МБУ ДО ДЮОЦ «Галактика» с презентациями, автор: педагог-организатор Дягилева Л.А.: «Узлы».
12. Дидактическая игра «Знатоки идут по фотоследу» (набор карт с условным изображением местности; варианты описания маршрутов).
13. Вопросы для контрольного задания по теме «Обеспечение безопасности в туристском походе.»
14. Тестовые задания по теме «Оказание первой помощи».
15. Презентации по теме «Оказание первой помощи».
16. Компьютерная интерактивная игра «Путешествуй безопасно».
17. Контрольные задания для итоговой аттестации.

2.4.7. Информационное обеспечение.

1. Копилка уроков: сайт для учителей: офиц. сайт Москва. URL: <http://kopilkaurokov.ru/> (дата обращения 19.06.2025)
2. Областной центр развития дополнительного образования и патриотического воспитания детей и молодёжи: офиц. сайт. Реутов. URL: <https://mosobl-centerdo.ru/> (дата обращения 10.06.2025)
3. Туристское многоборье в России. Соревнования.: офиц. сайт. Москва. Обновляется в течение суток. URL: <http://www.tmmoscow.ru/> (дата обращения 19.06.2025)
4. Федерация спортивного ориентирования России: офиц. сайт Москва. URL: <https://rufso.ru/> (дата обращения 03.07.2025)

2.5. Кадровое обеспечение.

По программе может работать педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации согласно профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых». Педагог, профиль которого соответствует направленности программы, педагогическое образование и курсы переподготовки, соответствующие направленности программы, обладающий ИКТ-компетенцией.

2.6. Материально – техническое обеспечение.

Учебные помещения, сооружения:

- Учебный класс
- Помещение для ремонта, обслуживания туристского снаряжения
- Помещение для сушки и хранения снаряжения
- Столы
- Стулья

- Стеллажи для снаряжения
- Шкафы для хранения дидактических материалов

Оборудование и снаряжение:

№	Наименование	Количество на группу 10-15 чел.
1	Личное и групповое туристское снаряжение	Необходимое кол-во для проведения походов выходного дня и участия в соревнованиях: Палатки-5 шт. (3-х местн.) Каны- 2 компл. Тент костровой- 1 шт. Костровой набор- 1 шт. Рем. Набор- 1 шт. Аптечка групповая- 1 шт. Лопата сапёрная- 1 шт. Рюкзак- 10-15 шт. Спальник10-15 шт. Коврик тур.- 10-15 шт. Топор- 2 шт. Пила- 1 шт.
2	Специальное страховочное снаряжение	Необходимое кол-во для участия в соревнованиях: Индивидуальная страховочная система- 10-15 компл. Каска- 10-15 шт. Карабин-110 шт. Жумар-10-15 шт. Восьмерка-10-15 шт. Веревка основная- 200 м Полиспаст- 1 шт.
3	Призмы Контрольные пунктов, компостеры, компасы для ориентирования Номера для участников	20 шт. 10-15 шт.
4	Раздаточный материал для конкурсов и практических заданий: карточки: «Узлы»; «Топографические знаки»; «Знаки дорожного движения»; «Виды костров»; «Первая помощь».	10-15 разных комплектов
5	Манекен для проведения СЛР с имитацией различных	1 шт.

	травм	
	СПП	2 шт.
	Шины, жгуты	2-3 шт.
6	Компьютер	10 шт.
7	Принтер цветной	1 шт.
8	Проектор с экраном	1 шт.

2.7. Список литературы и интернет – ресурсов.

ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ПДО.

1. Алексеев Алексей Алексеевич. Питание в туристском походе / А. А. Алексеев. – 11-е изд., без изм. – Москва: Изд-во Игоря Балабанова, 2002. – с.: ил., табл.; 20 см. – (Юный турист России); ISBN 978-5-91563-087-0- Текст: непосредственный.
2. Балабанов Игорь Владимирович. Узлы / И. В. Балабанов. – 2. Изд., без изм. – Москва: Балабанов, 2001. – 79 с.: ил.; 14 см.; ISBN 5-901049-20-9- Текст: непосредственный.
3. Бгатов А. П. Безопасность в туризме. 2-е издание, переработанное и дополненное /Бгатов А. П. -Москва: Форум, 2019- 175 с; ISBN 978-5-00091-655-1 - Текст: непосредственный.
4. Глаголева О.Л. Методика обучения: уроки ориентирования 2-е изд., испр. и доп. Учебное пособие для СПО/ Глаголева О.Л. - Москва: Юрайт, 2017 -332 с; ISBN 9785534040692 - Текст: непосредственный.
5. Коструб Александр Алексеевич. Медицинский справочник туриста / А. А. Коструб. – 2-е изд., перераб. И доп. – Москва: Профиздат, 1990. – 254, с.: ил.; 16 см.; ISBN 5-255-00475-8- Текст: непосредственный.
6. Махов С. Ю. Организация туристского похода. Модуль 3: учебно-методическое пособие / Махов С. Ю. – Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2023. – 21 с.; ISBN 978-5-04-634083-9- Текст: непосредственный.

ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ И РОДИТЕЛЕЙ.

1. Балабанов Игорь Владимирович. Узлы / И. В. Балабанов. – 2. Изд., без изм. – Москва: Балабанов, 2001. – 79 с.: ил.; ISBN 5-901049-20-9- Текст: непосредственный.
2. Голди Хоук. Секреты юного туриста. Поход в лес. 150 секретов юного туриста/ Голди Хоук - Москва: CLEVER- 2017-96 с. ISBN: 978-5-00115-969-8- Текст: непосредственный.
3. Качур Елена. Великие путешествия. Детская энциклопедия/ Качур Е.-Москва: Манн, Иванов и Фербер- 2024, 80 с; ISBN 978-5-00214-649-9- Текст: непосредственный.
4. Люкс Клод. Искатель приключений. Справочник юного путешественника/Люкс Клод - Москва: БОМБОРА- 2024, 224 с; ISBN/ISSN: 978-5-04-200976-1- Текст: непосредственный.

5. Рудашевский Е. Книга будущего путешественника. / Рудашевский Е.-Москва: Детская литература- 2018, 344 с; ISBN/ISSN:978-5-00083-852-5- Текст: непосредственный.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБУ ДО ДЮОЦ «Галактика»

_____/Э.Ю. Салтыков/

«____» _____ 20____ г.

Календарно-тематическое планирование на 2025-2026 учебный год

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности
«Начальные туристские навыки» (стартовый уровень)

Педагог дополнительного образования:

год обучения: 1

группа:

№	Дата занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Номер раздела	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля/аттестации
1.	СЕНТЯБРЬ	беседа/ практическая работа	1	I	Вводный инструктаж по ОТ и ТБ. Введение в программу. Начальная диагностика стартовых возможностей учащихся		устный опрос, анкетирование
2.		беседа/практическая работа	1	II	Дорога-зона повышенной опасности		устный опрос, решение ситуационных задач
		лекция/практическая работа	1		Улицы и дороги. Регулирование дорожного движения		устный опрос, тестирование
4.		лекция	2	III	Общие сведения о туризме и краеведении		устный опрос

5.		лекция/практическая работа	1	II	Дорожные знаки и разметка		устный опрос, тестирование
6.		лекция/практическая работа	2	III	Общие сведения о туризме и краеведении		устный опрос, письменный опрос
7.		лекция/практическая работа	2		Общие сведения о туризме и краеведении		устный опрос, письменный опрос
8.		экскурсия	2		Общие сведения о туризме и краеведении		устный опрос
9.		лекция/практическая работа	2		Основы пешеходного туризма		устный опрос, практическое задание
10.	ОКТАБРЬ	ПВД	2		Основы пешеходного туризма		практическое задание
11.		лекция/практическая работа	2	IV	Туристские слёты		устный опрос, практическое задание
12.		слёт	2		Туристские слёты		участие в туристском слёте
13.		лекция/практическая работа	2		Основы пешеходного туризма		сдача нормативов
14.		лекция/практическая работа	2		Основы пешеходного туризма		устный опрос
15.		лекция/практическая работа	2		Основы пешеходного туризма		практическое задание
16.		ПВД	2		Основы пешеходного туризма		сдача нормативов
17.		лекция/практическая работа	2		Основы пешеходного туризма		устный опрос, практическое задание
18.		лекция/практическая работа	1	II	Общественный транспорт. Перевозка пассажиров		викторина, тестирование
		беседа/ практическая работа	1		Велосипед на дороге		устный опрос, решение ситуационных задач

20.	НОЯБРЬ	практическая работа	2		Текущий контроль по темам «Основы безопасности дорожного движения»		тестирование
21.		лекция/практическая работа	2	IV	Соревнования по ориентированию		устный опрос, практическое задание
22.		соревнования	2		Соревнования по ориентированию		участие в соревнованиях
23.		беседа/ практическая работа	1	II	Средства индивидуальной мобильности		устный опрос, решение ситуационных задач
24.		лекция/практическая работа	1		Ответственность за нарушение ПДД		устный опрос, тестирование
25.		ПВД	2	III	Основы пешеходного туризма		практическое задание
26.		лекция/практическая работа	2		Основы пешеходного туризма		устный опрос, письменный опрос
27.		лекция/практическая работа	2		Основы пешеходного туризма		практическое задание
28.	ДЕКАБРЬ	лекция/практическая работа	2	IV	Конкурс зимних биваков		устный опрос, практическое задание
29.		конкурс	2		Конкурс зимних биваков		участие в конкурсе
30.		лекция/практическая работа	2		Основы пешеходного туризма		практическое задание
31.		лекция/практическая работа	2		Основы пешеходного туризма		практическое задание
32.		лекция/практическая работа	2		Основы пешеходного туризма		практическое задание
33.		лекция/практическая работа	2		Основы пешеходного туризма		устный опрос
34.		лекция/практическая работа	2		Основы пешеходного туризма		письменный опрос

35.		практическая работа	2		Основы пешеходного туризма		сдача нормативов
36.		практическая работа	2		Текущий контроль по темам «Основы пешеходного туризма»		письменный опрос
37.	ЯНВАРЬ	лекция	2		Туристские мероприятия		устный опрос
38.		лекция/практическая работа	2		Туристские мероприятия		устный опрос, письменный опрос
39.		лекция/практическая работа	2		Туристские мероприятия		письменный опрос
40.		практическая работа	2		Туристские мероприятия		практическое задание
41.		практическая работа	2		Туристские мероприятия		тестирование
42.		практическая работа	2		Туристские мероприятия		практическое задание
43.		лекция/практическая работа	2	IV	Конкурс узлов		устный опрос
44.		конкурс	2		Конкурс узлов		участие в конкурсе
45.		практическая работа	2	III	Туристские мероприятия		практическое задание
46.	ФЕВРАЛЬ	практическая работа	2		Туристские мероприятия		практическое задание
47.		лекция	2		Личная гигиена и здоровье туриста		устный опрос
48.		практическая работа	2		Текущий контроль по темам «Туристские мероприятия»		письменный опрос
49.		лекция/практическая работа	2		Личная гигиена и здоровье туриста		устный опрос, письменный опрос
50.		лекция/практическая работа	2		Личная гигиена и здоровье туриста		контрольное задание
51.		лекция	2		Личная гигиена и здоровье туриста		практическое задание

52.	МАРТ	практическая работа	2		Личная гигиена и здоровье туриста		практическое задание
53.		практическая работа	2		Личная гигиена и здоровье туриста		практическое задание
54.		практическая работа	2		Личная гигиена и здоровье туриста		практическое задание
55.		практическая работа	2		Личная гигиена и здоровье туриста		сдача контрольных нормативов
56.		практическая работа	2		Текущий контроль по теме «Личная гигиена и здоровье туриста»		тестирование
57.		беседа	2		Основы краеведения		устный опрос
58.	АПРЕЛЬ	лекция/практическая работа	2	IV	Соревнования по технике пешеходного туризма		устный опрос, практическое задание
59.		соревнования	2		Соревнования по технике пешеходного туризма		участие в соревнованиях
60.		лекция	2	III	Основы краеведения		устный опрос
61.		лекция/практическая работа	2		Основы краеведения		устный опрос, практическое задание
62.		лекция/практическая работа	2		Основы краеведения		устный опрос, практическое задание
63.		лекция	2		Основы краеведения		устный опрос
64.		практическая работа	2		Текущий контроль по теме «Основы краеведения»		письменный опрос
65.		лекция/практическая работа	2		Основы краеведения		устный опрос, письменный опрос
66.		практическая работа	2		Основы краеведения		письменный опрос
67.		практическая работа	2		Основы краеведения		устный опрос, практическое задание

68.		практическая работа	2		Основы краеведения		устный опрос, практическое задание
69.	МАЙ	практическая работа	2		Основы краеведения		устный опрос, практическое задание
70.		практическая работа	2		Основы краеведения		устный опрос
71.		практическая работа	2		Основы краеведения		письменный опрос
72.		практическая работа	2		Текущий контроль по теме «Основы краеведения»		письменный опрос
73.		лекция/практическая работа	2	IV	Туристские слёты		устный опрос, практическое задание
74.		туристский слёт	2		Туристские слёты		участие в туристском слёте
75.		практическая работа	2	V	Итоговая аттестация		письменный опрос
76.		практическая работа	2		Итоговая аттестация		контрольное задание на учебной трассе
ИТОГО:			0				

Вопросы для начальной диагностики стартовых возможностей обучающихся 1 год обучения.

Проводится в форме опроса и анкетирования

Критерии оценки:

Нет ответа— неудовлетворительно (0)

Ответ неполный, содержит ошибки и неточности- удовлетворительно (1)

Полный и правильный ответ на поставленный вопрос с незначительными ошибками – хорошо (2)

Полный содержательный ответ на поставленный вопрос, отсутствие ошибок, неточностей-отлично (3)

Опыт туристической деятельности.

Фамилия, имя _____

Я ходил в поход _____

Я путешествовал по России _____

Нет, опыта не было _____

Любишь ли ты путешествовать? _____

Какие ты знаешь виды туризма? _____

Какой вид туризма для тебя самый привлекательный? _____

С какой целью ты пошел бы в поход? Нужно подчеркнуть:
отдых с небольшой физической нагрузкой, новые впечатления, новые знакомства,
общение со сверстниками, закалка организма.

Кто такие туристы? _____

Чем отличается поход от прогулки в лес? _____

Кто в походе самый главный? _____

В чём туристы носят свои вещи и снаряжение? _____

Как называется прибор, который помогает определить стороны света? _____

Какие продукты пригодны для многодневного похода? _____

Какую посуду лучше всего брать в поход? _____

Как называется путь следования туристов? _____

Что такое туристский бивак? _____

Как называется совокупность предметов, необходимых для успешного проведения похода? _____

Как называется остановка туристов во время движения в походе? _____

Контрольно-измерительные материалы для текущего контроля и итоговых мероприятий по темам разделов программы.

1. Основы безопасности дорожного движения (ОБДД).

Викторина по ПДД

Критерии оценки: количество правильных ответов.

1. Место ожидания автобуса.
2. По какой причине нельзя играть возле дороги?
3. Бывают ли запрещающие знаки треугольными?
4. Какой линией разделяется встречное движение?
5. Что из перечисленного относится к маршрутному транспортному средству: трактор, автобус или грузовик?
6. В чем ошибка: «Любой ребёнок может сесть на велосипед и проехать по дороге»?
7. Разрешается ли в 11 лет сидеть рядом с водителем на переднем месте?
8. Что раньше называли «мостовой»: проезжую часть или пешеходную дорожку?
9. Есть ли тормозной путь у велосипеда?
10. Можно ли разговаривать по телефону, переходя улицу?
11. Техническими средствами, регулирующими движение являются: ...
12. Каких дорожных знаков не существует: запрещающих, регулирующих, предупреждающих, предписывающих?
13. Можно ли перебежать дорогу, если очень торопишься?
14. Если работает светофор и стоит регулировщик, то чьи сигналы следует выполнять, а чьи – нет?
15. Где переходят железнодорожные пути?
16. Как пешеходу понять, что водитель хочет повернуть в сторону?
17. Если рядом нет пешеходного перехода, что делать?
18. Как называется человек, находящийся в машине, но не являющийся водителем?
19. В «час пик» поток автотранспорта маленький или большой?
20. Каким машинам пешеходы уступают дорогу, не смотря на зелёный свет?

Ответы 1. Остановка. 2. Могут попасть под колёса. Мешают движению. 3. Нет 4. Сплошной. 5. Автобус. 6. Только с 14 лет. 7. Нет. 8. Проезжую. 9. Да и всех транспортных средств. 10. Нет. 11. Знаки и светофор. 12. Регулирующих. 13. Нет. 14. Регулировщика – да, а светофора – нет. 15. По мостам, тоннелям, переходам. 16. Мигает указатель поворота. 17. Дойти до ближайшего. 18. Пассажир. 19. Большой. 20. Скорой помощи, милиции, пожарной и газовой службе с звуковыми и световыми сигналами.

Вопросы для устного или письменного опроса.

Критерии оценки:

Нет ответа— неудовлетворительно (0)

Ответ неполный, содержит ошибки и неточности- удовлетворительно (1)

Полный и правильный ответ на поставленный вопрос с незначительными ошибками – хорошо (2)

Полный содержательный ответ на поставленный вопрос, отсутствие ошибок, неточностей- отлично (3)

1. При передвижении туристской группы по городу и по просёлочным дорогам надо соблюдать Правила дорожного движения:
2. Правила дорожного движения нужно знать только водителям, а пешеходам они совершенно ни к чему, правильно? (Нет, не правильно! Пешеход – это такой же участник движения. Поэтому правила он должен знать очень хорошо)
3. Все знают, что «красный свет – дороги нет», а на зелёный сигнал светофора можно начинать движение. А вот что делать пешеходу на жёлтый свет? (На жёлтый сигнал светофора движение запрещено. Нужно дождаться зелёного света!)
4. Зелёный свет светофора мигает – наверное, приглашает не робеть и поскорее переходить дорогу. (Нет. Мигающий зелёный – это предупреждение о том, что через несколько секунд сигнал светофора поменяется. Начинать переход улицы на мигающий зелёный нельзя)
5. А что делать, если на светофоре постоянно мигает жёлтый свет? (Переходить дорогу по перекрёстку, соблюдая все правила, как если бы он был нерегулируемым. Жёлтый мигающий разрешает движение)
6. На светофоре зелёный свет – можно идти смело, никаких машин на нашем пути не будет! Так ли это? (Не совсем. На дорогу, которую мы переходим, могут выезжать машины, делающие с перекрёстка правый или левый поворот. Они ОБЯЗАНЫ дать сигнал о предстоящем манёвре и пропустить пешеходов, но всё равно нужно быть предельно внимательными)
7. Что нужно сделать, прежде чем переходить улицу? (Посмотреть налево, убедиться, что близко нет машин, и начать движение. Дойдя до середины улицы, нужно посмотреть направо и, убедившись в отсутствии машин, закончить переход)
8. Мы на середине проезжей части и вдруг справа увидели приближающуюся машину. Что лучше сделать: как можно быстрее перебежать дорогу или вернуться назад? (Ни то, ни другое. Нужно остановиться.)
9. Пешеходы должны идти по тротуару. А если тротуара нет? Где и как именно должны двигаться пешеходы? (По обочине дороги навстречу движущемуся транспорту)
10. Мальчику уже 10 лет. Может ли он ездить на велосипеде по улице? (Нет. Правила разрешают ездить на велосипеде по улице только с 14 лет)
11. Как можно (и нужно) сделать себя более заметным для водителей в тёмное и сумеречное время суток, и тем самым обеспечить большую безопасность? (Воспользоваться светоотражающими наклейками и нашивками, прикрепив их на одежду и портфель)

Ситуационные задачи по безопасности дорожного движения.

«Дорожные ситуации - «ловушки»

Ответы оцениваются по следующим критериям:

Нет ответа— неудовлетворительно (0)

Ответ неполный, содержит ошибки и неточности- удовлетворительно (1)

Ответ полный- (2)

Задача № 1

«Вам с ребенком надо перейти дорогу, справа от вас на обочине стоит автобус. Ваши действия? Как называется такая ситуация и чем она опасна?»

Ответ: это ситуация закрытого обзора. Автобус может скрывать за собой автомобиль меньших размеров. Нужно отойти на безопасное расстояние (например, до пешеходного

перехода или перекрестка), где дорога хорошо просматривается со всех сторон. Если есть пешеходный переход, то дорогу можно переходить только по нему.

Задача № 2

«Грузовик стоит у тротуара без водителя, значит, поехать он не может. Можно ли переходить перед ним дорогу?»

Ответ: надо быть предельно осторожным, стоящий грузовик закрывает обзор дороги. Поэтому лучше отойти на безопасное расстояние, где дорога будет просматриваться в обе стороны.

Задача № 3

«У пешеходного перехода остановился автомобиль. Водитель показывает жестом, что пропускает пешехода. Можно пересекать проезжую часть, при условии, что дорога имеет 4 полосы движения?»

Ответ: можно, но убедитесь в том, что и другие транспортные средства вас пропускают. На перекрестках и переходах, которые не регулируются, пешеходы имеют право выходить на проезжую часть только после оценки общего расстояния до рядом проезжающих автомобилей, их скоростного режима и будут полностью убеждены в своей безопасности.

Задача № 4

«Подбегая к дороге, мальчик видел, что загорелся зеленый сигнал пешеходного светофора, поэтому резво побежал через дорогу, уверенный в своей безопасности. Правильно ли он поступил?»

Ответ: это довольно рискованно! Надо всегда наблюдать: нет ли подъезжающего транспорта. Могут быть «опаздывающие» водители, проскакивающие пешеходный переход на мигающий желтый сигнал светофора, не успев сделать это при “своем” сигнале; на красный сигнал светофора могут продолжить движение спецмашины (скорая помощь, полиция, МЧС при включенном звуковом сигнале). Нельзя также забывать и о так называемых “злостных” водителях-нарушителях.

Необходимо соблюдать следующие правила:

1. Надо остановиться перед пешеходным переходом;
2. Посмотреть налево – направо, а затем еще раз налево;
3. Убедиться в безопасности;
4. Переходить, контролируя ситуацию на дороге/

Задача № 5

«Первоклассница прямо на середине дороги уронила игрушку. Как ей поступить?»

Ответ: В данной ситуации важна не игрушка, а безопасность девочки. Поэтому лучше не отвлекаться на оброненный предмет, особенно если приближается автомобиль. Необходимо закончить переход проезжей части дороги, попросить взрослого вернуться за игрушкой, когда будет безопасно.

Задача № 6

«Мама с сыном переходили дорогу. Мальчик увидел отца на противоположной стороне и бросился к нему. В чем ошибка мамы?»

Ответ: некрепко держала ребенка за руку, допустила опасную ситуацию “отвлечения внимания”.

Задача № 7

«Родители отпустили сына выгулять во дворе собаку. Пес не послушался команды ребенка и побежал через дорогу в другой двор, мальчик побежал за ним и попал под колеса автомобиля. В какую опасную ситуацию попал ребенок и мог ли он ее избежать?»

Ответ: Эта дорожная ловушка “отвлечения внимания”, ведь мальчик смотрел только на собаку и не заметил приближающегося автомобиля. Дорожно-транспортного происшествия можно было избежать, если смотреть не на собаку. Как только ребенок вышел из дверей дома (подъезда), он – участник дорожного движения. Ребенок должен внимательно наблюдать за дорожной ситуацией и соблюдать меры личной безопасности.

Задача № 8

«Мальчики обнаружили дорогу между домов, на которой редко появляются автомобили и решили использовать ее для катания на скейтбордах. Разогнавшись, они не сразу заметили выехавший со двора автомобиль. Водитель автомобиля, чтобы не наехать на ребят, резко нажал на педаль тормоза, но автомобиль занесло на тротуар, где шли женщина с девочкой. В результате, ни в чем не виноватые пешеходы получили серьезные травмы. В чем причина трагедии?»

Ответ: “Пустынная” дорога притупила внимание ребят. Любая проезжая часть предназначена для движения транспорта, а не для катания на скейтбордах. Также, пешеходам надо контролировать ситуацию вокруг себя, быть готовыми среагировать на опасность.

Тесты по ПДД

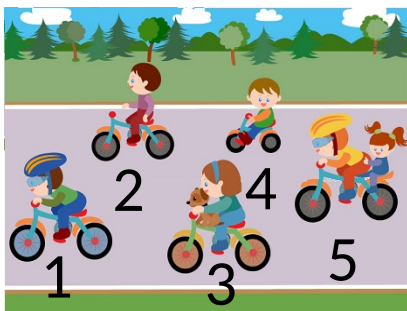
Критерии оценки: наибольшее кол-во правильных ответов.

Безопасности дорожного движения.



...ехать на велосипеде?

4. Один или два при наличии специального детского сиденья.



2. Кто из велосипедистов не нарушает посадки?



3. Как правильно обходить автобус?

1. Машины, автобусы или троллейбусы нужно обходить сзади;
2. Подождать, когда транспорт отъедет от остановки, тогда дорога будет хорошо видна в обе стороны, после этого переходить дорогу.



4. О чем информирует этот знак?

1. Обозначает место для детских игр



2. Разрешает пешеходам ходить по проезжей части, жилая зона
3. Указывает место для стоянки машин.

5. Как называется этот знак?
 1. Железнодорожный переезд со шлагбаумом.
 2. Железнодорожный переезд без шлагбаума.
 3. Пешеходный переход.

6. При отсутствии тротуаров как пешеходы передвигаются по обочине проезжей части?

1. по ходу движения автотранспорта
2. навстречу движения автотранспорта
3. по бордюру
4. как угодно

7. Какой дорожный знак, установленный у дороги возле школы, позволяет безопасно пересекать проезжую часть?

1. знак «Осторожно, дети»
2. знак «Пешеходный переход»
3. знак «Движение прямо»
4. знак «Проезд запрещен»

8. Пешеход собирается переходить улицу. Сколько раз ему нужно посмотреть вправо и влево, чтобы перейти на другую сторону проезжей части?

1. достаточно одного раза
2. достаточно двух раз
3. сколько требуется, чтобы убедиться – опасности нет
4. можно вообще не смотреть, если переходить улицу по пешеходному переходу

9. Что делать пешеходу, который не успел перейти дорогу на зеленый свет светофора

1. нужно продолжить движение, пока он не перейдет улицу
2. нужно вернуться назад
3. остановиться на островке безопасности и подождать нужного сигнала
4. как можно быстрее перебежать дорогу

10. Пассажир – это:

1. человек, который ходит пешком
2. человек, который управляет транспортным средством
3. человек, который находится в транспортном средстве кроме водителя
4. все ответы не верны

Тест. Дорожная разметка и знаки дорожного движения.

1. Поставить под номером знака правильный ответ.



1. Велосипедная дорожка.

2. Осторожно пешеходный переход.
3. Железнодорожный переезд без шлагбаума.
4. Движение пешеходов запрещено.
5. Езда на велосипеде запрещена;
6. Движение только для пешеходов;

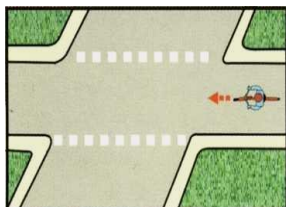
2. Разрешается ли пешеходам переходить через дорогу, если нет пешеходного перехода?

- 1) Запрещается, необходимо дойти до ближайшего светофора.
- 2) Разрешается переходить дорогу, где она хорошо просматривается в обе стороны при отсутствии в зоне видимости пешеходного перехода или перекрестка.

3. В каком месте разрешается пешеходам пересекать проезжую часть при отсутствии пешеходного перехода?

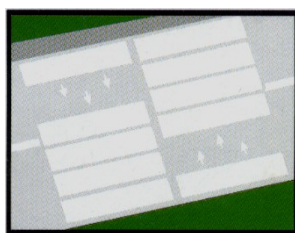
- 1) На участках, где она хорошо просматривается в обе стороны (при отсутствии в зоне видимости перехода или перекрестка), под прямым углом к краю проезжей части.
- 2) На перекрестках по линии тротуаров или обочин.
- 3) Во всех перечисленных местах.

4. В каком из этих мест пешеходу разрешено пересекать проезжую часть?



5. Что означает эта дорожная разметка?

- 1) Место перегона животных.
- 2) Место пересечения велосипедной дорожки с проезжей частью.
- 3) Пешеходный переход.



6. Что обозначает данная разметка?

- 1) Пешеходный переход, где движение регулируется светофором.
- 2) Место, где пешеходная дорожка пересекает проезжую часть.
- 3) Пешеходный переход, стрелки разметки указывают направление движения пешеходов.

2. Туризм и краеведение.

Вопросы для устного или письменного опроса.

Ответы оцениваются по следующим критериям:

Нет ответа— неудовлетворительно (0)

Ответ неполный, содержит ошибки и неточности- удовлетворительно (1)

Ответ полный- (2)

Подготовка похода.

1. Назовите основные походные должности.
2. Что такое «план похода»?
3. Чем отличается поход от прогулки?
4. Что такое многодневный поход?

Подведение итогов похода.

1. Что такое «отчёт о походе»?
2. Из каких разделов состоит отчёт о походе?
3. Что такое «дневник похода»?
4. Что такое картографический материал?

Туристское снаряжение.

1. Назовите виды туристского снаряжения.
2. Что относится к личному снаряжению?
3. Что относится к групповому снаряжению?
4. Что такое специальное снаряжение?

Питание в походе.

1. Что такое «Раскладка»?
2. Как правильно упаковать продукты?
3. Назовите весовую норму круп на 1 человека на 1 закладку.
4. Расскажите правила техники безопасности при приготовлении пищи на костре.

Организация биваков.

1. Как правильно выбрать место для бивака?
2. Какие бывают биваки?
3. Назовите виды костров.
4. Как правильно оборудовать бивак?

Топография и ориентирование.

1. Что такое масштаб карты?
2. Что такое рельеф?
3. Что такое топографические знаки?
4. Что такое компас и для чего он нужен?

Техника туризма.

1. Назовите виды препятствий в пешем походе.
2. Что такое «карабин» и для чего он нужен?
3. Назовите способы переправ через реку.
4. Назовите способы преодоления крутых склонов.

Безопасность в походе.

1. Перечислите правила поведения в общественном транспорте.
2. Что нужно делать, если ты отстал от группы в лесу?
3. Перечислите правила поведения на железнодорожном вокзале.
4. Как правильно переходить дорогу?

Личная гигиена.

1. Перечислите санитарные требования к одежде в походе.
2. Что необходимо взять с собой в поход для поддержания чистоты тела.

3. Какие санитарные требования предъявляются в походе к посуде?

4. Что такое «питьевой режим»?

Первая помощь.

1. Назовите виды кровотечений.

2. Назовите виды переломов.

3. Какие бывают ожоги по степени и видам?

4. Как правильно обработать неглубокую рану?

Краеведение.

1. Какие заповедники, национальные парки, заказники находятся на территории Московской области?

2. Что такое «краеведение»?

3. Что такое «экскурсия»?

4. Что такое «краеведческие объекты»?

Соревнования.

1. Время ожидания работы на этапе в случае задержки оборудования или занятости этапа называется.....

2. Что такое технические этапы соревнований?

3. Какие бывают виды дистанций в спортивном ориентировании?

4. Как называется документ о результатах соревнований, бывает также стартовый?

Тест по туризму.

Критерии оценки- наибольшее кол-во правильных ответов.

Каким образом следует передвигаться в пешем походе?

1) беспорядочной группой

2) гуськом друг за другом

3) по двое

Какое правило определения темпа похода?

1) равнение по самому слабому

2) равнение по самому сильному

3) равнение по скорости средне подготовленного участника

Как часто следует устраивать привалы?

1) каждые три часа

2) каждые два часа

3) каждые сорок минут

Какие из перечисленных препятствий не являются естественными?

1) лесная чаща

2) болото

3) автострада

Можно ли пересекать реку при отсутствии моста?

1) да, с учетом особенности реки

2) нет

Какой предмет из списка снаряжения не относится к групповому снаряжению?

1) фонарь

- 2) топор
- 3) компас

Какую породу деревьев лучше использовать для костра:

- 1) осину
- 2) сосну
- 3) дуб

Каким обязательным требованиям должно соответствовать предполагаемое место бивака?

- 1) наличие дров, вдали от населённого пункта,
- 2) наличие дров, воды, безопасное место
- 3) наличие дров, живописное место, расположено выше по течению реки от населённого пункта, много деревьев.

Нормативы для выполнения практических заданий по туристским навыкам:

Задания для выполнения в группе.

1. Контрольные нормативы для установки каркасной палатки:

зачёт- 15 мин.

удовлетворительно- 10 мин.

хорошо- 6 мин

отлично- 4 мин.

2. Контрольные нормативы для установки кострового тента:

зачёт- 15 мин.

удовлетворительно- 10 мин.

хорошо- 5 мин.

отлично- 3 мин.

3. Контрольные нормативы для распилки бревна (d 10 см)

зачёт- 20 мин.

удовлетворительно- 15 мин.

хорошо- 10 мин.

отлично- 5 мин.

4. Контрольные нормативы для разведения костра и кипячения воды (1 л в стандартном кане):

зачёт- 45 мин.

удовлетворительно- 35 мин.

хорошо- 20 мин.

отлично- 15 мин.

5. Контрольные нормативы для установки бивака (на группу 10 чел.):

зачёт- 1ч 20 мин.

удовлетворительно- 1 час

хорошо- 45 мин.

отлично- 30 мин.

6. Составление раскладки. Задание выдаётся индивидуально каждому обучающемуся.

Задание: составить раскладку питания на 2; 3 и более дней на группу в 10 человек. На составление раскладки отводится 20 мин.

Оценивается: правильный расчёт веса продуктов; разнообразие меню; быстрота выполнения.

7. Топографический диктант (8-10 топонимов). Время выполнения- 5 мин. Оценивается правильность выполнения.

зачёт- 4 знака не правильны

удовлетворительно- 2- 3 знака не правильны

хорошо- один знак неправильный

отлично- правильно нарисованы все топонимы.

8. Определение азимута на предмет. Время выполнения –20 сек.

Оценивается погрешность

зачёт- 5°

удовлетворительно-4°

хорошо- 3°

отлично- без погрешностей

9. Первая помощь. Повязки и жгуты.

Задание 1: наложить повязку на конечность при колото-резаной травме, кровотечение- венозное.

Задание 2: наложить повязку и жгут на конечность при колото-резаной травме, кровотечение- артериальное.

Оценивается качество:

зачёт- имеются незначительные ошибки при наложении повязки, жгута, шины, повязки наложены не совсем аккуратно, имеются неточности в действиях при оказании помощи

удовлетворительно- повязки, жгут, шины наложены не совсем аккуратно, имеются неточности в действиях при оказании помощи

хорошо- повязки, жгут, шины наложены правильно, имеются неточности в действиях при оказании помощи

отлично- повязки, жгут, шины наложены правильно, правильные действия при оказании помощи.

Приложение 4

Вопросы для итоговой аттестации теоретической подготовки

Проводится в форме письменного опроса.

Нет ответа— неудовлетворительно (0)

Ответ неполный, содержит ошибки и неточности- удовлетворительно (1)

Ответ полный- (2)

1. Назовите основные походные должности.
2. Что такое «план похода»?
3. Чем отличается поход от прогулки?
4. Что такое картографический материал?
5. Назовите виды туристского снаряжения.
6. Что относится к личному снаряжению?
7. Что относится к групповому снаряжению?
8. Как правильно упаковать продукты?
9. Расскажите правила техники безопасности при приготовлении пищи на костре.
10. Как правильно выбрать место для привала?
11. Назовите виды костров.
12. Как правильно оборудовать место привала?
13. Что такое масштаб карты?
14. Что такое рельеф?
15. Что такое топографические знаки?
16. Что такое компас и для чего он нужен?
17. Что представляют собой соревнования туристов?

18. Кто организует и проводит туристский слёт?
19. Что такое «Правила соревнований»?
20. Какие вы знаете виды узлов?
21. Назовите узлы для связывания верёвок одинакового сечения
22. Назовите узлы для связывания верёвок разного сечения
23. Назовите узлы для связывания плоских лент и ремней.
24. Что такое «питьевой режим»?
25. Назовите способы обеззараживания воды в походе.
26. Назовите первое правило туриста при ухудшении самочувствия в походе.
27. Что такое «гигиена»?
28. Назовите виды кровотечений.
29. Назовите виды ожогов.
30. Как оказать первую помощь при тепловом ударе?
31. Как правильно обработать ожог 1 степени?
32. Что такое «краеведение»?
33. Что такое «краеведческий объект»?
34. Что является источниками краеведения?
35. Что такое музей?
36. Что такое «топонимика»?
37. Что такое «заповедник»?
38. Что такое «природные ресурсы»?
39. Что такое «гидрография»?
40. Как охраняются исчезающие виды животных и растений?

Итоговая аттестация практической подготовки проводится в форме соревнований.

Примерные этапы соревнований

Типы костров. Туристские узлы.

Каждому участнику команды даётся карточка с названием одного костра (из четырёх) и двух узлов (из шести)

Оборудование: брёвна(дрова) разного диаметра, репшнуры для завязывания узлов, секундомер.

Задание: Каждый участник команды должны как можно быстрее и правильнее сложить костёр и завязать два узла из выданной судьёй карточки

Возможные костры: «Шалаш», «Колодец», «Нодья», «Звёздный»

Возможные узлы: прямой, восьмёрка, встречный, проводник, брамшкотовый, булинь.

Подведение итогов: судья засекает время сбора костров и завязывания узлов. Время останавливается по завершению этапа всеми участниками команды. При подведении итогов к этому времени прибавляется штрафное время за ошибки при сборе костров и вязке узлов.

Штрафное время (1 балл = 5 секундам):

Типы костров:

1. Неправильно сложенный костёр 3 балла
2. Неустойчивый костёр 1 балл

Туристские узлы:

При оценке качества узла учитываются плотность вязки, перехлест веревок. Правильность оценивает судья.

Штрафы (1 балл = 5 секундам):

- Неправильно завязанный узел 3 балла
- Перехлест верёвок 1 балл

Отказ от завязывания узла 5 баллов.

Глазомерное определение расстояний. Определение азимута при помощи компаса

Оборудование: 5 разноцветных флажков, компас.

Задание: Команде необходимо из заданной точки на глаз определить расстояние до каждого из флажков и определить азимут на каждый из флажков и занести полученные данные в карточку этапа. Время останавливается по возвращению карточки судьё.

Подведение итогов: судья заранее ставит флажки на определенных расстояниях от данной точки.

Штрафное время (1 балл = 5 секундам)

За каждые полные пять метров ошибки команда получает 1 штрафной балл.

За каждые 5 градусов ошибки команда получает 1 штрафной балл.

Укладка рюкзака

Оборудование: Два рюкзака с походным снаряжением в каждом (спальник (одеяло)– 1шт, пара обуви– 1шт, кружка– 1шт, ложка– 1шт, миска– 1шт, пакет с набором одежды– 1шт, 4 банки консервов, пакет с крупой – 1шт, пластиковая бутылка с водой– 1шт, каремат (туристский коврик)–1шт, верёвка– 1шт, палатка– 1шт, страховочная система – 1шт, карабины – 2шт, жумар– 1шт), секундомер.

Задание: участники команды по 3 участника как можно быстрее и правильнее собрать два рюкзака.

Подведение итогов: судья засекает время укладки рюкзака. При подведении итогов к этому времени прибавляется штрафное время за ошибки при укладке рюкзака. Штрафное время (1 балл = 5 секундам):

1. Рюкзак не стоит на земле, а валится на бок 1 балл
2. Рюкзак гремит при тряске 1 балл
3. Острые и жесткие вещи лежат, где рюкзак соприкасается со спиной 2 балла
4. Рюкзак " кривой" 1 балл
5. Не застегнуты стяжки, карманы 1 балл
6. Вещи по весу в рюкзаке распределены неправильно 1 балл
7. Лямки рюкзака не подогнаны под одного из участников команды 2 балла
8. Порча оборудования 10 баллов.

Установка палатки

Оборудование: палатка, секундомер.

Задание: команда должна как можно быстрее и правильнее поставить палатку.

Подведение итогов: судья засекает время постановки палатки. При подведении итогов к этому времени прибавляется штрафное время за ошибки при постановке палатки.

Штрафное время (1 балл = 5 секундам):

1. Палатка перекошена 2 балла
2. Стойки палатки стоят неровно 1 балл
3. Стенки и крыша палатки " провисают" 3 балла
4. Дно палатки плохо растянута 1 балл
5. Не все растяжки закреплены кольшками 1 балл
6. Вход в палатку не закрыт 1 балл
8. Порча оборудования 10 баллов.

Топографические знаки

Оборудование: карточки с топонимами, ручки (карандаши).

Каждый участник команды получает карточку с несколькими топографическими знаками, которые необходимо расшифровать или нарисовать. Количество знаков и их сложность определяется судьями.

На обдумывание даётся 2 минуты, после этого каждому участнику команды даётся 1 минута на ответ судьё этапа.

Подведение итогов:

Штрафное время (1 балл = 5 секундам)

1. Частично правильный ответ - 1 балл.
2. Не правильный ответ -2 балла.

3. Отказ от ответа - 3 балла.

Оказание первой помощи

Оборудование: карточки с описанием травмы, аптечка.

Задание: каждый участник вытягивает по карточке с описанием травмы. На обдумывание даётся 2 минуты, после этого каждому участнику команды даётся 1 минута на ответ судье этапа.

Подведение итогов: судья оценивает рассказ участника, отмечает ошибки, допущенные ими, задает наводящие вопросы. По окончании беседы он может поставить штрафные баллы.

Штрафное время (1 балл = 5 секундам)

1. Полное неумение оказать помощь при данной травме 3 балла
2. Помощь оказана, но допущены грубые ошибки, исправленные в ходе беседы с судьей 2 балла
3. Помощь оказана, допущены незначительные ошибки 1 балл.

Приложение 5.

ПРОТОКОЛ № _____
итоговой аттестации учащихся

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности
стартового уровня
«Начальные туристские навыки»
от «_____» _____ 20 _____ г.

год обучения – _____
группа № _____

Форма проведения аттестации: *теория* – письменное контрольное задание

практика – прохождение учебной трассы спортивного ориентирования

Уровень освоения программы (предметные результаты):

- а) В - высокий уровень (соответствующее количество - 5-6 баллов),
- б) С - средний уровень (соответствующее количество - 3-4 балла),
- в) Н - низкий уровень (соответствующее количество - 0-2 балла).

***сумма баллов теоретической и практической подготовки:

- а) В - высокий уровень (соответствующее количество – 10-12 баллов),
- б) С - средний уровень (соответствующее количество – 6 - 8 баллов),
- в) Н - низкий уровень (соответствующее количество – 0 - 4 балла).

№	Имя, фамилия учащегося	Теоретическая подготовка	Практическая подготовка	Общее кол-во баллов	Уровень освоения программы (предметные результаты)
		Кол-во баллов	Кол-во баллов		
1					
2					
3					
4					
5					

Вывод: все учащихся освоили программу « _____ » и показали:
 высокий уровень освоения программы – 2 человека (40%),
 средний уровень освоения программы -3 человека (60%),
 низкий уровень освоения программы – 0 человек (0 %).
 *** Расчет % отношения уровня освоения программы:
 Пример:

Расчет производится по каждому уровню отдельно

Педагог дополнительного образования _____/расшифровка ФИО/

«КАРТА ПЕДАГОГИЧЕСКОГО МОНИТОРИНГА» (I, II год обучения)

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности
стартового уровня «Начальные туристские навыки»

№ п/п	Имя, фамилия учащегося	Метапредметные результаты			Личностные результаты			Предметные результаты			ИТОГО (средний балл) / %
		<i>Критерии оценки взяты из планируемых</i>	<i>Критерии оценки взяты из планируемых результатов</i>	<i>Критерии оценки взяты из планируемых результатов</i>	<i>Критерии оценки взяты из планируемых результатов</i>	<i>Критерии оценки взяты из планируемых результатов</i>	<i>Критерии оценки взяты из планируемых результатов</i>	<i>Критерии оценки взяты из планируемых результатов</i>	<i>Критерии оценки взяты из планируемых результатов</i>	<i>Критерии оценки взяты из планируемых результатов</i>	
1											
2											
...											
	ИТОГО (средний балл) / %										

Уровни освоения	Результат
Высокий уровень освоения программы 3 балла (от 80 до 100% освоения программного материала)	Учащиеся демонстрируют высокую заинтересованность в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание программы. Показывают отличное знание теоретического материала, практическое применение знаний воплощается в качественный продукт
Средний уровень освоения программы 2 балла (от 51 до 79% освоения программного материала)	Учащиеся демонстрируют достаточную заинтересованность в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание программы. Показывают хорошее знание теоретического материала, практическое применение знаний воплощается в продукт, требующий незначительной доработки
Низкий уровень освоения программы 1 балл (менее 50% освоения программного материала)	Учащиеся демонстрируют низкий уровень заинтересованности в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание программы. Показывают недостаточное знание теоретического материала, практическая работа не соответствует требованиям